Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

N° 181 Mars 1980

# BULLETIN DE PANHARMONIE

ASSOCIATION POUR L'HARMONIE INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE SUR TOUS LES PLANS ET POUR UN ŒCUMÉNISME AUTHENTIQUE

FONDATEUR
JACQUES DE MARQUETTE

SECTION FRANÇAISE
DU
CONSEIL SPIRITUEL MONDIAL

## SOMMAIRE

— De la Bête à l'Ange (suite) par Jacques de Marquette.
— La Vie du Mouvement.
— Comptes rendus des Groupes de l'Homme Intégral.
— Bibliographie.

16, RUE DU DOBROPOL
75017 PARIS - Tél. 754-71-87

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

# L'IDÉAL ET LES MÉTHODES DE PANHARMONIE

## NATURISME - HUMANISME - PERSONNALISME

---

Panharmonie n'est pas seulement un idéal de vie en conformité avec les lois de l'Univers. C'est aussi un programme de réalisation de cet idéal dans la vie des individus, comme dans la société, au-dessus de la division des humains en nations, races et religions. En effet, la valeur des institutions dépend essentiellement de la valeur des hommes qui les appliquent et des hommes auxquels elles sont appliquées et chaque homme est capable d'améliorer considérablement sa valeur par l'utilisation méthodique de ses loisirs.

La recherche du bonheur étant le but primordial de l'activité humaine, il est important de bien comprendre la nature fondamentale de cette recherche en évitant de confondre le *bonheur* avec le *plaisir.*

Rien n'est plus faux que l'idée que tout ce qui est agréable à l'homme lui est bienfaisant. S'il en était ainsi, il n'y aurait jamais de victimes de l'alcoolisme, de la gourmandise, de la cocaïne ni de l'oisiveté ou de la débauche.

Le grand Epicure, père de l'Hédonisme qui fait de la recherche du bonheur le but de la vie, disait déjà que s'il était légitime que l'homme recherche le bonheur, la moindre intelligence devrait l'amener à éviter les plaisirs qui entraînent ultérieurement des maux plus grands que les satisfactions qu'ils procurent. Et un grand sage, Spinoza, a donné une définition achevée du bonheur : « C'est le sentiment du passage d'une moindre perfection à une plus grande ». En effet, l'élévation la plus haute des facultes humaines produit le bonheur de la plus haute qualité. Ceci amène à considérer deux aspects de la recherche du bonheur : 1° éliminer impitoyablement toute cause de maladie et de dégradation ; 2° développer toutes les causes de santé et de progrès physique, intellectuel et spirituel.

Panharmonie aide ses membres à atteindre ce bonheur basé sur l'harmonisation de leur vie avec les lois du progrès universel sur les trois plans ouverts par la vie à ses activités. Sur le plan physique d'abord, nous recommandons le *Naturisme* (éducation physique, abstinence d'alcool, de tabac et de tous les excitants artificiels), ainsi que la pratique du Végétarisme. Celui-ci forme le pont entre l'harmonie sur le plan physique et celle sur les plans plus élevés de la morale, puisqu'il préserve l'homme de la participation à l'horrible massacre quotidien de millions de bêtes innocentes. Il suit ainsi les préceptes de la non-violence, chère à Gandhi, et qui constitue un de nos principes essentiels. C'est pourquoi Gandhi a donné dès 1930 son patronage à notre association qui est un lien entre l'Occident et l'Orient.

Sur le plan social, nous préconisons l'*Humanisme*, aidant nos adeptes à tirer un parti constructif de leurs loisirs en organisant méthodiquement leurs lectures. L'accroissement de nos connaissances et l'enrichissement de notre vie intérieure permettent de profiter des valeurs nouvelles créées par les grands génies de tous les pays qui nous ouvrent des perspectives de plus en plus vastes sur le patrimoine intellectuel de l'humanité dont l'appréciation est une sûre assise pour la paix universelle.

Pour compléter ces études, Panharmonie organise des réunions des Groupes d'Etude et de Formation, des Conférences et des Séminaires dont les comptes rendus sont publiés dans notre bulletin mensuel.

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

# DE LA BÊTE A L'ANGE

« *Les Trois Etapes de l'Apothéose Humaine* »

Etude psycho-sociologique des Traditions ésotériques
par Jacques de MARQUETTE

(Suite 33)

« Y a-t-il contradiction ou tout simplement différence — à vrai dire « fort grande — entre la participation qui a semblé à juste titre la modalité « essentielle de la prédication et de la liaison de cette mentalité, et l'impli- « cation, modalité essentielle de la dialectique platonicienne comme de la « syllogistique aristotélicienne ? La construction géométrique comme la « transformation algébrique, l'égalité de figure comme l'équation entre les « quantités, les fonctions qui font dépendre une forme d'une autre, des « valeurs numériques d'autres valeurs numériques, tout cela, si loin encore « une fois qu'il nous apparaisse de la syllogistique et de la dialectique, et « bien plus loin encore de la participation, tout cela se relie, par une conti- « nuité qui n'exclue pas la spécificité des étapes, à la participation magique « comme à la métamorphose mythique » (1).

Donc, dans un ouvrage consacré à la mise en lumière de l'évolution mentale et spirituelle de l'humanité nous ne perdrons pas de vue le côté temporaire et provisoire des types de mentalité que nous décrivons. On peut considérer leur différence comme analogue à celle qui sépare la mentalité enfantine de celle de l'adulte dans notre race. La ressemblance entre les primitifs et nos enfants a été souvent mise en lumière et cela dès le début des recherches spéciales. C'est ainsi que Durkheim disait déjà à propos de la mobilité de l'esprit enfantin et de l'instabilité de sa curiosité et de ses intérêts : « Sur ce point d'ailleurs, comme sur bien d'autres, l'en- « fant ne fait que reproduire un des caractères distinctifs de l'humanité « primitive » (2).

Et nous avons vu que jusqu'à un certain point on peut considérer l'évolution de la mentalité d'un être humain depuis son enfance jusqu'à sa maturité comme représentative de l'évolution de l'humanité, ce qui est la base de la théorie du parallélisme ontophylo-génétique. Grâce à notre connaissance de la mentalité enfantine, ce parallélisme peut nous permettre de comprendre certains aspects de la mentalité primitive ? Mais il faudra savoir résister à la tentation d'interpréter les réactions enfantines à la lumière de nos théories sociologiques car nous risquerions de commettre de lourdes erreurs. En effet, si le développement mental de l'enfant blanc correspond à celui des primitifs, il est gros d'aptitudes et de facultés qui feront de lui en peu d'années un être tout à fait différent atteignant à

(1) A. Rey. — *La science orientale avec les Grecs*, p. 59.
(2) Durkheim. — *Education morale*, p. 149.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

des sphères de la pensée et de la conscience qui leur restent inaccessibles. C'est ce qui fait dire à M. Delacroix : « Il faut expliquer le primitif par « l'enfant et non pas l'enfant par le primitif » (1).

De plus, tous les pédagogues coloniaux sont d'accord pour signaler une différence très marquée entre les aptitudes mentales des enfants primitifs et celles des enfants de races plus évoluées. Les primitifs excellent pour les travaux manuels, les exercices physiques, le dessin, qui font appel aux facultés sensori-motrices très hautement développées dans leurs races. Leur mémoire est aussi très grande et permet d'obtenir des succès scolaires brillants dans tous les sujets qui ne demandent pas d'effort d'interprétation : « Chez les Namaquas, s'il s'agit de calculer il est extrêmement difficile de faire comprendre quelque chose aux enfants tandis qu'ils se montrent des maîtres pour tout ce qui peut s'apprendre mécaniquement et n'exige ni pensée, ni réflexion. » (2) « Le Mossi ne sait pas rechercher le pourquoi des choses et alors que les petits enfants de chez nous sont raisonneurs et nous embarrassent parfois de leurs questions, un Mossi ne se demande jamais comment cela se fait-il, pourquoi est-ce ainsi et pas autrement. La première réponse lui suffit... » (3). Et l'on pourrait appuyer ces observations par des centaines d'autres, car il s'agit là de faits universellement constatés. Il y a certes entre les enfants d'une même race des différences considérables qui font que les enfants les mieux doués d'une race attardée peuvent être supérieurs aux enfants moyens d'une race plus évoluées, mais dans l'ensemble les observations des pédagogues coloniaux absolument concordantes pour les colonies anglaises, hollandaises et françaises, font ressortir une différence marquée d'aptitude mentale entre les enfants des diverses races. En général les petits indigènes sont plus précoces et supérieurs à leurs condisciples blancs dans les petites classes. Grâce à leur excellente mémoire ils les dépassent aisément. Mais cette supériorité va s'atténuer progressivement à la fois devant l'éveil des facultés des enfants blancs et l'augmentation de la complexité et de l'abstraction des matières scolaires. Bientôt les petits indigènes atteignent à une apogée de leur développement mental qu'il leur sera difficile de dépasser, sauf exception d'élite, tandis que les jeunes blancs continueront longtemps encore à faire des progrès dans tous les domaines.

L'étude de la formation du cerveau jette un jour très intéressant sur les causes de la différence entre les courbes du développement mental des différentes races. Le cerveau est de tous les organes humains, celui dont le développement est le plus rapide après la naissance. Pendant le premier trimestre il augmente de 90 % de son poids, tandis que le corps entier n'augmente que de 20 %. Le poids du cerveau double au cours des neuf premiers mois et triple en trois ans. Chose frappante, le développement cérébral est beaucoup moins avancé à la naissance, chez l'homme que chez les autres mammifères. C'est ainsi que les prolongements des

(1) *Revue Philosophique*, avril 1928.
(2) *Berichte der Rheinische Mission Gesellschaft*, 1880, p. 230.
(3) P.-Eugène Mangin. — *P.B. Les Mossi Anthropos*, XXI, p. 325.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

cellules pyramidales dans les couches corticales du lobe frontal n'atteignent que le quart de leur développement à la naissance. Il est difficile de ne pas voir en ceci une confirmation de vues Bergsonniennes considérant les espèces animales comme des culs-de-sac où l'élan vital s'est arrêté, tandis qu'il peut continuer sa course à travers l'humanité grâce à sa richesse d'indétermination. C'est la durée, la prolongation de la formation cérébrale et de l'éducation mentale qui permet la supériorité de la race blanche sur les autres plus précoces : « les races inférieures sont précoces comparées aux supérieures : leur développement s'accomplit et s'arrête plus tôt. La supériorité des races blanches est en corrélation avec la lenteur du développement individuel, avec la prolongation de l'infantilisme » (1).

Cette différence d'aptitude scolaire est très marquée chez les enfants des races noires océaniennes, américaines et dravidiennes, mais beaucoup moindres chez les Asiatiques des races Mongoles, et surtout Aryennes, proches de la nôtre et qui sont les véhicules de civilisations élevées.

Il arrive même que dans certains domaines plus particulièrement intellectuel et livresque des études, les jeunes asiatiques soient plus brillants que leurs condisciples européens. Des professeurs distingués de l'Université Aurore de Shangaï et de l'Université Franco-Chinoise de Pékin nous ont fait part de la véritable admiration que leur causait la valeur intellectuelle de leurs étudiants, en particulier celle des Cantonnais parmi lesquels on trouve des sujets d'une intelligence exceptionnellement brillante. Et nous n'avons pas oublié en France les succès d'une princesse cambodgienne sortie première de l'institut agronomique. D'autre part, l'Inde fournit aussi non seulement dans le domaine qui lui est propre, celui de la philosophie mystique, mais aussi dans ceux des études juridiques et scientifiques, des quantités de sujets d'élite, dont plusieurs comme Tagore Bose et Raman ont acquis une renommée mondiale.

Faut-il conclure à l'égalité des races et à l'inexactitude des théories occultes sur l'évolution des familles humaines. C'est là une question fort délicate et qui demande à être élucidée car elle donne lieu à bien des erreurs, sources de beaucoup d'injustice et de souffrances. Tout d'abord il faut insister sur le fait que si les doctrines occultes affirment qu'il y a entre les races des différences marquées de développement, elles affirment également que l'évolution animique étant un processus purement individuel, on peut trouver des êtres avancés parmi les races attardées. De plus elles enseignent que tous les hommes sont les véhicules et les instruments de travail d'âmes en voie de développement. Les âmes, en principe, sont toutes de la même qualité et ne diffèrent que quantitativement, par le plus grand développement de leurs véhicules, ceux-ci étant inaccessibles à aucun élément inférieur. Il s'ensuit que les différences entre les humains résultent surtout des particularités et des facultés de leur triple personnalité inférieure, physique, sentimentale et mentale. Cela suffirait à enlever toute importance réelle aux différences d'aptitudes relevées entre les races. En fait ces différences sont si peu impor-

(1) R. Briffault. — *The evolution of human species in Scientia,* juin 1927.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

tantes par comparaison aux identité de la nature spirituelle chez tous les humains que toutes les écoles ésotériques placent la pratique de la fraternité universelle au premier plan des devoirs.

D'autre part on ne saurait trop s'élever contre les tendances qu'ont certains coloniaux à l'esprit simpliste, et peut-être un peu atteint par la fréquentation des clubs où le whisky coule à flots, à mettre au même niveau « les gens de couleur », les « indigènes » quelle que soit leur origine, en les englobant tous d'un mépris aussi universel que partial.

C'est là une erreur absolument grossière. Les peuples coloniaux n'ont qu'un caractère commun, c'est celui de n'avoir pas été capables de repousser par la force les invasions des conquérants étrangers. Mais cette similarité d'infortune est la seule qu'on puisse relever. Il y a entre les peuples colonisés, des différences plus grandes que celles qui séparent certains d'entre eux des Européens. Un Chinois, un Indou, un Syrien, un Algérien, sont beaucoup plus proches des blancs que les noirs de l'Afrique centrale ou des Peaux-Rouges américains. Ceux-ci sont les représentants des derniers vestiges de races autrefois puissantes et véhicules supérieurs de l'élan vital, mais qui ont survécu à l'écroulement de leurs empires, et de leurs civilisations, dépassés par la vague de la vie créatrice.

Au contraire, les Asiatiques sont encore les porteurs de cultures magnifiques auxquelles notre civilisation est redevable du tremplin sur lequel elle a pris son essor. La Chine, l'Inde, l'Iran, la Syrie, l'Arabie, l'Egypte, ont allumé des flambleaux qui illumineront pendant longtemps encore la marche ascendante de la famille humaine, et tout Occidental intelligent et cultivé leur doit une respectueuse reconnaissance et une déférente admiration.

Cependant il y a entre leur race et la nôtre une grande différence. Les vieilles races sont à leur automne ; elles ont atteint à la plénitude de leur maturité. Elles ont produit tous leurs fruits, mais si ceux-ci à certains égards sont plus admirables que ce que nous pouvons mettre en balance, il serait inexact de conclure à notre infériorité, comme maints Asiatiques n'hésitent pas à le faire. Si l'on comparaît les races orientales à des arbres majestueux, admirables par leur taille et par les fruits qu'elles ont donné, mais où la sève créatrice ne monte plus avec le même élan qu'il y a plusieurs milliers d'années, lors de leur printemps, il faudrait assimiler les races occidentales d'Europe et d'Amérique à des arbres jeunes aux fruits un peu acides et qui sont encore tout bourgeonnants des éruptions de la vie créatrice dont ils sont actuellement les véhicules actifs et riches d'un avenir encore insoupçonné. Au cours de leur développement les races chevauchaient les unes sur les autres. Avant qu'une grande race ait atteint à sa pleine maturité les éléments de la suivante commencent déjà la longue carrière au cours de laquelle ils offriront un nouveau moule au fleuve de la vie. Pendant longtemps ils balbutient les rudiments de la civilisation tandis que les races antérieures brillent de tout leur éclat. Puis celles-ci se figent dans les habitudes mentales qu'elles ont créées et arrivent à une cristallisation annonciatrice du déclin, tandis



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

que les races plus jeunes continuent à édifier en tâtonnant, et au prix de nombreux échecs, les temples futurs de la vie. Il ne faut donc pas que certaines perfections des formes culturelles réalisées par les orientaux nous fassent illusion. Elles sont parfaites dans leur genre, comme certains poèmes chinois, telle peinture japonaise, ou tel sloka de la Gîta, mais elles appartiennent déjà au passé cristallisé tandis que nos efforts parfois grossiers ou tragiques ont la richesse de l'actualité et sont gros des promesses de l'avenir.

Mais bien que les civilisations asiatiques en soient à leur chant du cygyne tandis que la nôtre en est encore à tâtonner pour atteindre à son point d'équilibre, elles sont au fond contemporaine sur des plans différents. La preuve en est que les merveilles artistiques et philosophiques de l'Asie, sont capables de contribuer à l'illumination intérieure même des plus cultivés parmi les occidentaux. Le Bouddha au Lotus des caves d'Ajanta, égalant au moins les Saint-Jean-Baptiste du Vinci, reste un des points culminants de l'expression humaine et un des plus nobles incentifs au zèle fervent des vrais artistes. Et l'art musulman avec le Taj Mahal, l'Alhambra et les miniatures persanes atteint aussi aux cimes du beau manifesté.

Enfin le Japon mérite une place à part. Ayant conservé bien vivantes les magnifiques traditions de son passé esthétique et moral, et assimilé tout ce que la science occidentale offre de précieux, il réalise une splendide synthèse de l'Orient et de l'Occident, qui en fait un des plus hauts porteurs de culture que l'histoire ait connu.

Ce serait donc faire preuve d'un manque de goût grossier que de reléguer les races qui ont si brillamment contribué à l'enrichissement du patrimoine sacré de l'humanité, au même rang que les peuplades arriérées qui survivent depuis des âges géologiques aux cultures qui furent la raison d'être de leurs lointains aïeux.

Mais si les vrais primitifs sont si inférieurs aux civilisés d'Asie et aux « coming-men » occidentaux, est-ce à dire qu'ils n'ont plus de raison d'être et qu'il faut souhaiter les voir disparaître complètement, comme les Caraïbes des Antilles ou les Tasmaniens ? Les doctrines occultes justifieraient-elles les féroces massacres des conquérants du Mexique ? En aucun cas. Une des principales lois de l'harmonie Universelle est qu'aucun être d'aucune espèce ne peut exister sans raison. Les Races attardées auraient pour objet de fournir des milieux appropriés au développement des âmes encore jeunes, c'est-à-dire ayant peu développé leurs véhicules au cours de leurs incarnations. Les personnalités qu'elles peuvent animer ne seraient pas capables de « suivre le train » de la vie dans les sociétés modernes, et elles trouvent dans les tribus grossières un cadre de vie approprié à leurs moyens (1).

(à suivre)

(1) Nous rappelons à nos lecteurs que ce livre a été écrit en 1936 et que pendant ces 44 dernières années bien des points de vue où les choses ont bien changé (N.D.L.R.).



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

# LA VIE DU MOUVEMENT

*Pour tous les détails et modalités d'incriptions concernant les Groupes d'Etude et de Formation de L'HOMME INTEGRAL, veuillez demander le dépliant s'y rapportant ou téléphoner à PANHARMONIE : 754.71.87.*

NOS PROCHAINES REUNIONS :

*Mars :*

— *Jeudi 6, à 20 heures,* 16, rue du Dobropol, XVII[e] ; L'HOMME INTEGRAL, Groupe du Docteur Maud COUSIN : *L'Homme dans sa totalité et les rapports de ses divers plans avec l'évolution de l'Univers* (d'après Rudolf Steiner).

— *Mercredi 12, même heure,* même adresse, *Méditation* dirigée par le Swami SHRADDHANANDA GIRI de l'Ordre de Shankaracharya, ex-assistant à l'Ecole des Hautes Etudes, Professeur de philosophie indienne. *Les méditations sont précédées de chants sacrés hindous et suivies de commentaires de textes et des réponses aux questions.* Entrée libre.

— *Jeudi 13, même heure,* même adresse, L'HOMME INTEGRAL, Groupe de Annick de SOUZENELLE : *La Lettre Hébraïque, source de vie.*

— *Samedi 15 à 16 heures,* même adresse, ASSEMBLEE GENERALE sous la présidence de M. CACACÉ qui analysera ensuite : « *Quelles options pourraient assumer les jeunes « du présent », pouvant servir de jalons aux jeunes « des après-demains » de notre civilisation.* » Venez nombreux ! En cas d'empêchement, veuillez nous envoyez votre pouvoir. Nous terminerons cette réunion par notre goûter pique-nique auquel chacun participe en apportant sa contribution en petites friandises. Entrée libre.

— *Dimanche 16, de 10 à 18 heures,* chez l'animateur, 12, boulevard Jean-Mermoz, 92200 Neuilly-sur-Seine, Asc. dr. 2[e] étage, L'HOMME INTEGRAL, Groupe de Patrick LEBAIL : *Etude de textes hindous et notamment des Upanishads et échanges de vue autour d'un thème.* Intermède musical. Entrée libre. Prendre au préalable contact avec l'animateur, tél. 624.99.70.

— *Jeudi 20, à 20 heures,* 16, rue du Dobropol, L'HOMME INTEGRAL, Groupe de Clara TRUCHOT : *Le Shiatsu et le Do-In,* technique de massages basée sur le Tao et sur les lois de l'acupuncture.

— *Mercredi 26, même heure,* même adresse, L'HOMME INTEGRAL, Groupe du Professeur MONOD-HERZEN, qui fut entre autres professeur à la Faculté de Rennes, Doyen de la Faculté de Saïgon, et collabora pendant une dizaine d'années aux recherches du Centre d'Education de l'Ashram de Sri Aurubindo : *La Spiritualité dans la vie quotidienne* sera le sujet de ses entretiens.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

*Avril :*

*Par suite des vacances de Pâques, certaines réunions se trouvent décalées. La date du Groupe d'Annick de Souzenelle n'aura pas lieu Certains changements interviendront également en Mai et en Juin.*

— *Mercredi 9, même heure,* même adresse, *Méditation* dirigée par le Swami SHRADDHANANDA GIRI. Entrée libre.
— *Jeudi 17, même heure,* même adresse, L'HOMME INTEGRAL, Groupe de Clara TRUCHOT.
— *Dimanche 20, de 10 à 18 heures,* chez l'animateur, 12, boulevard Jean-Mermoz, Neuilly-sur-Seine, L'HOMME INTEGRAL, Groupe de Patrick LEBAIL. Entrée libre.
— *Mercredi 23, à 20 heures,* 16, rue du Dobropol, XVII^e, L'HOMME INTEGRAL, Groupe du Professeur MONOD-HERZEN.
— *Jeudi 24, même heure,* même adresse, L'HOMME INTEGRAL, Groupe de Clara TRUCHOT.

*Mai :*

— Nous aurons le plaisir de recevoir le *Dimanche 4, à 16 heures,* MA SURYANANDA LAKSHMI qui nous parlera du « *Pain de Vie* » selon Saint Jean, chap. VI.
— *Mercredi 7, à 20 heures,* 16, rue du Dobropol, XVII^e, *Méditation* dirigée par le Swmi SHRADDHANANDA GIRI. Entrée libre.
— *Jeudi 8, même heure,* même adresse, L'HOMME INTEGRAL, Groupe de Annick de SOUZENELLE.
— *Dimanche 11, de 10 à 18 heures,* chez l'animateur, 12, boulevard Jean-Mermoz, Neuilly-sur-Seine, L'HOMME INTEGRAL, Groupe de Patrick LEBAIL. Entrée libre.
— *Mercredi 28, à 20 heures,* 16, rue du Dobropol, L'HOMME INTEGRAL, Groupe du Professeur MONOD-HERZEN.
— *Jeudi 29, même heure,* même adresse, L'HOMME INTEGRAL, Groupe de Clara TRUCHOT.
— La date du Groupe du Dr Maud COUSIN est encore à fixer.

*Juin :*

— *Jeudi 5, même heure,* même adresse, L'HOMME INTEGRAL, Groupe du Docteur Maud Cousin.
— *Dimanche 8,* chez l'animateur, 12, boulevard Jean-Mermoz, Neuilly-sur-Seine, L'HOMME INTEGRAL, Groupe de Patrick LEBAIL. Entrée libre.
— *Mercredi 11, à 20 heures,* 16, rue du Dobropol, XVII^e, *Méditation,* dirigée par le Swami SHRADDHANANDA GIRI. Entrée libre.
— *Jeudi 12, même heure,* même adresse, L'HOMME INTEGRAL, Groupe de Annick de SOUZENELLE.
— *Jeudi 19, même heure,* même adresse, L'HOMME INTEGRAL, Groupe de Clara TRUCHOT.
— *Mercredi 25, même heure,* même adresse, L'HOMME ^eINTEGRAL, Groupe du Professeur MONOD-HERZEN.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

## COMPTES RENDUS DES GROUPES D'ETUDE ET DE FORMATION

*Groupe du Professeur MONOD-HERZEN - 20 novembre 1979*

« Quelles sont les relations entre le sentiment et la raison ? ». Ce fut le sujet qui avait été proposé pour cette rencontre. « Comment peut-on les modifier ? ».

Nous avons un corps et nous avons un certain idéal. Pour les indiens le divin, l'esprit, correspondent à quelque chose de réel qui est derrière les apparences, même si nous ne le voyons pas. De même la spiritualité, pour eux, n'a rien d'abstrait, elle doit être vécue sans quoi elle n'existe pas. Elle n'a de valeur que si elle a des conséquences pratiques, matérielles dans notre ve. Il y a donc de multiples liaisons entre le sentiment et la raison. L'affectivité que Sri Aurobindo appelait très justement vitale, à ceci de beau et en même temps cet inconvénient, d'être directement liée à notre corps et à ses réactions, ne serait-ce qu'à cause des organes des sens. Tout ce qui est communication de l'extérieur fait surgir une réponse affective. Quel en est le danger, quelle en est l'utilité ? D'autre part l'affectivité est liée au mental, à la pensée, à la raison, qu'elle influence sans cesse.

Nous autres occidentaux donnons une valeur énorme aux questions mentales et rationnelles. Cependant il commence à y avoir quelques petits doutes et recherches les dépassant. Il est maintenant normal, entre autres, d'admettre que certains individus aient la capacité d'imaginer à distance, de ne pas « voir » comme nous voyons avec nos yeux, mais d'avoir une image mentale et de pouvoir la décrire. Malgré les contestations, le fait d'étudier ces expériences est déjà très important.

En Inde on vous dit que pour avoir une connaissance réelle, il ne faut pas craindre de réunir nos sentiments avec notre raison. L'élément de sensation, de sentiment, est une forme de connaissance. Nous voyons par exemple que ce tapis est vert, c'est déjà une connaissance par rapport à ce tapis. Puis, la connaissance rationnelle cherchera quelle est l'origine du tapis, la nature du colorant.

Cependant les orientaux admettent qu'il y a également une connaissance d'ordre spirituelle qui est supérieure, qui est transcendante. Si celle-ci est négligée on n'a qu'une connaissance partielle, aussi bien en ce qui concerne l'être humain, que l'animal et même les plantes qui réagissent aux sentiments des gens.

C'est tout une éducation à faire. D'après Sri Aurobindo, les difficultés dans la pratique du yoga sont les mêmes pour les orientaux et les occidentaux, mais ils diffèrent dans leur attitude mentale. Ainsi les occidentaux lorsqu'on présente un schéma de vie qui débouche sur quelque chose de supérieur à leur personnalité, c'est-à-dire de nature spirituelle, désirent tout de suite avoir des explications de ce qu'il y a avant, après, en-dessous, au-dessus, etc. Tandis qu'un oriental est juste le contraire : Il est plein de cœur, de sentiment, il a des rêvee magnifiques, mais cela reste à l'état de nuages qu'il admire, qu'il regarde, qu'il aime, mais qu'il ne peut que rarement justifier dans la pratique.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

Vous savez que tous les orientaux, comme l'immense majorité de l'humanité admettent qu'il y a des vies successives pour notre conscience. « Comment justifiez-vous cette croyance ? » a-t-on demandé au Dalaï-Lama. A quoi il a répondu : « Pour nous ce n'est pas une croyance, c'est un fait d'expérience ». La Swami Hridayananda nous affirmait cet été : « Moi, j'ai des souvenirs de trois existences précédentes. Ils sont partiels, mais très nets et j'ai pu les vérifier dans certains cas. » Et le Dalaï-Lama ajouta : « Votre corps matériel provient d'un autre corps matériel, celui de votre mère. Il y a une continuité physique. Pourquoi voulez-vous que les lois de la conscience soient différentes de celles de l'être physique et que la conscience que nous avons ne dérive pas de quelque chose de même nature, c'est-à-dire d'une autre conscience ? ».

Nous avons en occident un dominante mentale dont il faut tenir compte. En général le sentiment intervient pour nous inciter à faire ce que nous aimons et à ne pas faire ce que nous n'aimons pas, au lieu de nous demander ce qui doit être fait, ce qui *est* à faire, en nous oubliant nous-mêmes. Tant pis si c'est désagréable. C'est cela la première libération du vital qui crée tous les problèmes.

En particulier, un de ces problèmes est le problème sexuel. Contrairement à ce qui se passe chez les orientaux, il est chez nous attaché à l'idée de péché ou de faute. Biologiquement nous sommes comme tous les êtres vivants, poussés par deux tendances fondamentales : l'entretien de la vie individuelle : l'alimentation, et l'entretien de la vie de l'espèce : la reproduction. Au point de vue oriental, ce qui est grave, c'est l'attachement qu'on leur porte et qui leur donne une place qu'elles ne devraient pas avoir dans l'existence. Si vous ne vivez que pour manger, vous allez être exclusivement préoccupé par cela. Il en est de même pour l'acte sexuel. Le grand malentendu est celui de la chasteté. Elle est imposée dans la plupart des Ordres religieux de même que dans toutes les formes du yoga en Inde. Mais en orient la chasteté ne signifie pas continence et l'idée d'érotisme est absente. Tout le monde sait que cela existe, mais on ne s'y intéresse qu'au moment venu. Dans le reste de la vie il y a une détente extraordinaire.

Alors vous voyez que la réunion du vital avec le physique crée des problèmes d'ordre biologiques de ce genre, pour lesquels il n'y a pas de réponse universelle. C'est à vous de choisir, cela ne regarde que vous.

Et puis, de l'autre côté, il y a l'influence beaucoup plus subtile du vital sur le mental. Ne permettait jamais que le plaisir ou le déplaisir influencent votre raisonnement. Le vital peut être influencé par le mental parce que l'on croit quelque chose, que l'on a pris l'habitude de penser ceci ou cela. Les hindous appellent ce mélange fâcheux du vital avec la raison : « l'impureté de la conscience », pureté dans le sens qu'emploierait un chimiste. Notre conscience doit être capable d'employer avec pureté d'une part la raison, d'autre part le sentiment et elle doit être capable de les réunir dans leur application pour avoir une connaissance complète.

*En réponse à une question :* J'ai évité jusqu'à présent d'employer le



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

mot « intuition ». Le sentiment n'est pas de l'intuition. Celle-ci est une forme de connaissance spirituelle, la seule que nous ayions de façon à peu près courante.

*F. Catala :* Etant donné la difficulté d'harmoniser le mental et le vital, l'intuition n'est-elle pas une instance supérieure qui permettrait cet équilibre indispensable ? D'autre part pourriez-vous nous situer les différents plans : physique, vital, mental et cette instance supérieure, afin de mieux percevoir leur interpénétration ?

*Mme Freudenberg :* est préoccupée par le fait que, tout en étant convaincu intérieurement de prendre la bonne décision, on peut faire du mal involontairement.

*M. Monod-Herzen :* On apprend en faisant des fautes. Une expérience ratée vous révèle peut-être quelque chose que vous ne saviez pas. On peut agir mal avec de très bonnes intentions. C'est pourquoi on vous demande toujours de ne pas juger les gens. Ne vous laissez pas aller à prendre des décisions uniquement par vos sentiments ou uniquement par votre raison. Il faut réunir les deux, ce qui ne veut pas dire que vous ne vous tromperez pas. Je dirai « heureusement », parce que c'est comme cela que vous arriverez à vous perfectionner la fois suivante.

Pour répondre à la question de François : oui, l'intuition est cette instance supérieure. Mais il ne faut pas confondre cette intuition qui vient d'au-delà du mental et du vital, avec l'impulsion qui arrive dans notre conscience par toute notre hérédité physiologique. L'impulsion vient du subconscient. Il serait bon de connaître son subconscient. On dit souvent que chaque connaissance vers le haut correspond à une connaissance vers le bas. Le subconscient doit être traité comme un animal, animal extrêmement utile. Un cheval sur lequel vous montez, vous le nourrissez, vous le soignez, mais il doit vous transporter.

*F. Catala :* Par quel travail obtient-on sa maîtrise ?

*M. Monod-Herzen :* Par la persévérance et par la sincérité de l'expérience. En Inde, lorsque j'ai posé la question : « Mais enfin combien de temps faudra-t-il pour que j'aie un petit résultat ? », on m'a répondu : « Pour vous une vingtaine d'années pour que vous puissiez avoir quelque chose de concret ! ». C'était exact ! Dès le début j'ai eu de petites choses qui me montraient que je m'étais trompé de direction ou, au contraire, que j'avais pris la bonne direction. Ces petites choses — pour moi elles étaient grandes et elles comportaient assez de bonheur en elles-mêmes pour m'encourager à continuer. Le but, ce n'est pas de faire des miracles, c'est d'être changé, d'avoir modifié quelque chose à son caractère. On demande à chacun de faire ce qu'il peut, mais de le faire complètement. La vie vous donne des occasions pour évoluer. Chaque petite chose peut être l'occasion d'un choix. Tout a une importance.

Quant à vous exposer les différents plans, vous m'embarrassez ! Il n'y en a pas qu'une seule explication, à ma connaissance il y en a bien une demi-douzaine. On peut établir des hiérarchies sur lesquelles on peut travailler, mais on ne peut pas pour autant toucher le fond de la réalité. Nous avons pris la terrible habitude de considérer que le corps physique



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

est inférieur par exemple à l'intelligence. Nous sommes une unité du corps et de la conscience. Si vous les séparez vous n'avez plus qu'un cadavre et, par conséquent, il n'y a plus de problèmes. Le plaisir peut se trouver à différents niveaux, physique, affectif, mental, il y a des plaisirs spirituels, mais ils sont passagers, comme le disent les Bouddhistes. Tandis que le bonheur, lui, est permanent, vous pouvez l'avoir en-dehors des niveaux cités. Il y a des êtres qui ont été prodigieusement heureux, tout en ayant une mauvaise santé, en vivant isolés du monde au point de vue affectif. Les grands mystiques répondent bien à cette sorte de choses. Alors il faut faire très attention pour savoir ce que l'on veut. Ce n'est pas pour rien qu'on a créé la méditation, c'est un moyen de laisser les choses reprendre leur véritable place pendant un moment, et là on se rend compte de leur importance relative.

*M. Monod-Herzen* nous parle d'un type de méditation sur les organes des sens qui sont de perpétuels échanges avec le monde ambiant, pour arriver à un état de conscience dépassant le corps physique. Où s'arrête alors le moi ? dit-il. L'art est une aide précieuse à ce dépassement et vous fait participer à l'évolution du monde extérieur. Vous n'êtes plus isolé dans vos ténèbres ! Comme on le dit en sanskrit : « L'être qui n'a pas d'amour vit dans les ténèbres, même s'il y a une foule autour de lui, il ne la voit pas ! ». Donc il est seul, tandis que l'amour est une lumière.

*On aborde le problème du mariage :* Vous avez là deux êtres qui sont complémentaires. Leurs recherches ne sont pas les mêmes. Mais il faut que chacun accepte la liberté de l'autre, parce qu'il ne va peut-être pas évoluer comme il le désirerait. Savoir s'adapter et se rendre compte que cette adaptation est un progrès que nous faisons et non un sacrifice ou un abandon. Il est rare qu'un couple ayant les mêmes spécialités soit heureux en ménage. Mieux vaut qu'il y ait une grande différence, surtout si aucun d'eux n'a le sentiment d'être supérieur à l'autre.

*Une participante :* Je pense que c'est différent lorsqu'il y a une aspiration commune, même si celle-ci s'exerce dans des domaines différents.

*M. Monod-Herzen :* L'inspiration est quelque chose qui dépend de l'intuition, c'est l'intuition du chemin à suivre. Une aspiration commune peut s'exprimer de façon tout à fait différente matériellement, dans la personnalité et, par conséquent, n'agit pas sur la liberté de l'autre. Ce qui est spirituel n'impose jamais, mais propose.

*On reparle de la manière d'harmoniser le vital et le sentiment :*

*M. Monod-Herzen :* Puisque c'est mental, il doit y avoir une pensée et, de l'autre côté il y a le sentiment.

*F. Catala :* Une sensation tout au moins.

*M. Monod-Herzen :* Sensation si les organes des sens sont en jeu, sinon c'est un sentiment. Ils ne sont pas sur le même plan. Le travail c'est de stimuler votre intuition pour les avoir tous les deux en même temps dans votre conscience. Toute chose est à la fois un aspect affectif et un aspect rationnel, il faut les prendre simultanément. Ils sont dans des domaines différents, ce qui ne veut pas dire qu'ils sont séparés, ils



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

sont tous deux dans votre conscience. C'est l'unité de votre conscience qui est en jeu.

*F. Catala :* Peut-on être responsable d'un autre ?

*M. Monod-Herzen :* Vous n'êtes jamais responsable d'un autre, vous êtes responsable de vous-même et du rapport avec l'autre.

*5 décembre 1979 :*

Le problème d'aujourd'hui est celui du choix. Comment croyez-vous qu'on peut essayer de se diriger pour faire un bon choix ? D'où viennent les erreurs ? Donnez-moi des exemples vécus.

*Une participante :* La dernière fois nous avons parlé du mental et du vital lesquels, si on est en parfait équilibre avec eux, font que l'on est sûr de sa décision et on ne se pose plus de questions. Quand on commence à se poser des questions, c'est que l'équilibre n'est pas complètement ressenti, soit qu'on ait un sentiment de colère, de gêne ou de peur. Lorsqu'il y a désaccord, il y a toujours un problème d'égo. Et quand on trouve la bonne méthode d'analyse du vital et du mental, il se produit un assouplissement de l'égo qui fait que petit à petit on peut arriver à une meilleure compréhension de soi-même et à ce qu'on peut appeler une prise de conscience.

*M. Monod-Herzen :* Il y a un domaine dans lequel bien souvent on a à faire un choix, c'est celui de l'alimentation. Quelles sont les choses que vous pouvez manger ou que vous voulez manger.

*La participante :* Lorsque je suis en accord avec moi-même il n'y a plus de problèmes de nourriture. Quand cela ne va pas je mange n'importe quoi et n'importe quand. Donc pour moi c'est un thermomètre qui donne la température. Il suffit que je ressente une colère contre quelqu'un pour que je mange à tort et à travers. Si on avait le courage d'aborder sa colère elle tomberait facilement, mais en réalité on n'a pas toujours le courage de voir ce qui ne va pas. On n'y pense même pas, ce qui est pire. Car à partir du moment où on y pense, on va déjà vers ce qu'il faut faire, vers la guérison.

*M. Monod-Herzen :* C'est très juste ! Les Indiens disent qu'il y a d'abord la pensée, ensuite la parole et enfin l'action. On pense une chose, on la dit au moins intérieurement et puis on agit. Le but est de savoir où vous allez vous arrêter. Dire quelque chose qui est dans votre mental, c'est déjà lui donner de l'importance. Chaque mot est une acceptation. Raconter plusieurs fois par jour qu'on a mal, encourage le mal et le prolonge. Vous vous défoulez, vous supprimez une tension intérieure, c'est vrai, tandis qu'en acceptant le mal vous le supprimez.

*F. Catala :* Autrement dit il faut que la chose soit reconnue, nommée, mais c'est tout. La répétition l'accentue.

*Une participante :* Faut-il toujours que ce soit nommé ?

*M. Monod-Herzen :* Il n'est pas nécessaire que ce soit nommé. L'important c'est de ne pas le transmettre. La pensée réagit sur l'activité. L'attention se tourne vers l'endroit qui ne va pas et lui redonne de l'importance. A ce moment-là la sensibilité suit, parce que le corps suit toujours.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

*On reparle des impulsions qui viennent du passé, des souvenirs d'expériences qui n'ont plus aucune valeur dans le présent :*

*M. Monod-Herzen :* Ce n'est pas facile de se libérer de ses souvenirs. Car en général ce n'est pas un souvenir qui revient, mais tout un groupe d'expériences qui est derrière une décision à prendre. Il faut alors dans la mesure du possible faire taire l'affectivité et le mental, ne serait-ce que quelques secondes de repos intérieur et de faire appel à l'intuition. L'intuition n'est pas un phénomène réservé à des gens qui ont du génie ou qui en ont presque. Nous en avons tous un peu. Nous sommes par exemple tous capables d'avoir l'intuition de la beauté en écoutant de la musique ou en regardant un très beau paysage. A ce moment-là on ne réfléchit pas, on ne fait pas du sentiment, c'est dû à une connaissance directe. Même dans les questions alimentaires l'intuition sait ce qu'on peut manger ou non. (M. Monod-Herzen nous cite l'exemple de la Mère).

*Une participante :* On est d'abord partagé entre son aspiration et son égo, et un jour l'aspiration devient claire, fixe, les tendances prennent moins d'importance. Il y a à ce sujet une éducation à faire près des enfants : « Si tu as envie d'en reprendre, reprends-en ».

*M. Monod-Herzen :* Le problème des enfants est très particulier, parce que tout ce que nous venons de dire des plaisirs et des déplaisirs, part du domaine affectif. Or celui-ci est intermédiaire entre le corps et le mental, c'est-à-dire qu'il reçoit des impulsions des deux côtés. Il suffit d'être malade pour se rendre compte à quel point le sentiment varie à ce moment-là. La fameuse mauvaise humeur hépatique ! Notre affectivité est continuellement sollicitée par des impulsions qui viennent de notre organisme et, en même temps, par notre mental qui est persuadé, parce qu'il s'est construit un système, qu'il faut qu'il les suive. Ce malheureux vital est donc sollicité des deux côtés chez un adulte et à fortiori chez un enfant. Mais vous ne pouvez pas demander à un enfant de s'en rendre compte et de faire appel à son intuition. Pour l'enfant ce sera l'exemple de l'adulte qui sera le motif de sa transformation. Il n'a pas le frein qui vient d'une expérience suffisamment prolongée. Tandis qu'un adulte peut toujours faire appel à son moi intérieur qui est toujours là et qui répond quand on l'appelle. Mais alors il ne faut pas que surgissent des sentiments ou des pensées liés au passé ou à des projets d'avenir.

Dans la Bhagavad Gîta, Arjuna demande s'il est compatible d'agir tout en faisant du yoga et Krishna répond : « L'action est nécessaire à condition qu'elle ne soit pas faite pour son fruit ». C'est-à-dire l'idée du bénéfice, même spirituel. Une chose est ce qu'elle est : « Ce que tu dois faire, c'est l'action qui doit être accomplie. Alors essaye ! ». Et il lui dit très bien : « Tu te tromperas dans un certain nombre de fois, mais tu apprendras. » En agissant de la sorte, l'intuition peu à peu devient plus claire et on arrive à ce que les Bouddhistes appellent la sérénité.

Les quatre méditations, les quatre sentiments infinis des Bouddhistes sont une très belle chose. Le premier c'est *l'amour.* S'il s'étend à tous les êtres, il devient un sentiment infini, un lien entre nous et tous les êtres. La méditation commence par cela, puis elle se développe dans



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

les trois étapes suivantes : si j'ai un sentiment d'amour, que vais-je rencontrer d'abord ? Le fait que l'immense majorité des êtres souffre. Par conséquent, ce que je ressentirai sera *la compassion.* Mais les êtres font aussi quelquefois des choses remarquables qui les rendent heureux. Pour ceux-ci j'aurai de *la sympathie,* autre sentiment infini car il peut s'adresser à un animal, à une plante et le résultat de mon amour, s'il est vraiment complet, ce sera *la sérénité,* c'est-à-dire la capacité de prendre un contact tout à fait désintéressé avec les êtres, en les considérant tels qu'ils sont et presqu'une partie de soi-même au moment où on s'occupe d'eux.

En latin, compassion veut dire souffrir avec. Passion, c'est le sens de souffrir. Et la sympathie, mot grec, concerne au contraire le bonheur et le résultat, c'est sentir avec, et c'est toujours l'amour dans ces deux cas. Le résultat pratique, c'est cette sérénité qui est la seule chose qui permette d'aider. La sérénité n'est pas un état d'intuition. C'est le résultat qui se produit quand les sentiments personnels n'influent plus sur l'aide que vous allez donner. Vous allez le faire parce que vous avez l'intuition que c'est la chose à faire.

*Mme Langevin :* Accepter de la même manière et avec le même calme le bonheur et le malheur.

*M. Monod-Herzen :* C'est cela ! Il est inévitable que certaines choses nous font souffrir et que d'autres nous réjouissent. Dans les deux cas il faut les accepter de la même manière.

*Au sujet des métiers qui rapportent de l'argent :*

Vous fabriquez quelque chose que vous vendez. Il est juste que l'on vous paye le matériel employé, votre temps, votre habileté, votre goût. Ce qui est important c'est d'exercer votre métier le mieux possible, comme disent les hindous, de manifester le divin par votre travail. Toute perfection est divine. C'est le fait de l'artiste.

*On parle de la coquetterie,* dont Mère disait que c'était un devoir. « Car on n'a pas le droit d'imposer aux autres quelque chose de vilain. A condition toutefois que ce ne soit pas un mensonge. »

*Une participante :* Même si on se fait une devoir de mentir le moins possible, on est obligé de le faire dans certains cas. Ce sont presque toujours des cas de conscience.

*M. Monod-Herzen :* J'ai moi-même souvent posé la question : on peut toujours se taire.

*Une participante :* Une juste critique formulée avec amour, ne peut-elle pas aider l'autre à prendre conscience de certaines choses et n'est-ce pas parfois une preuve d'amour et d'amitié ?

*M. Monod-Herzen :* Krishnamurti avait demandé à son Maître : « Quelles sont en gros les règles à suivre pour savoir ce qu'on peut dire ou non ? ». Et le Maître lui répondit qu'il y avait trois choses à faire : « Ce que tu dis doit être vrai, agréablement dit et utile. » Il n'y a pas en effet, de plus grande preuve d'amour que de dire à quelqu'un qu'il devrait corriger une petite chose et de le lui dire de telle façon qu'il ait envie de le faire.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

*Au sujet de l'éducation des enfants :*

*F. Catala :* Tout en voulant bien faire on a peur de se tromper, on se pose des questions.

*M. Monod-Herzen :* On se trompe parce qu'on va chercher dans sa propre expérience sans tenir compte du fait qu'un enfant peut ressembler beaucoup à ses parents, sans toutefois leur être identique. Son développement exige autre chose.

*Une participante* demande comment on peut développer ses dons de médiumnité dans le but de guérir.

*M. Monod-Herzen :* Je souhaite d'une façon générale que les gens ne développent pas leurs dons de médiumnité, serait-ce dans le but de guérir. En Europe la médiumnité a toujours un sens de passivité vis-à-vis de quelque chose d'extérieur, tandis que certains yogis en Inde désirent recevoir une inspiration d'un être supérieur. Mais c'est volontaire et réfléchi, ce n'est jamais subi. L'artiste est toujours un médium. Sa sensibilité lui permet de prendre contact avec des vérités que le simple spectateur ne peut atteindre tout seul. Il est vraiment l'intermédiaire, médium veut dire intermédiaire entre un domaine supérieur et un autre. Mais il faut faire très attention parce que la majorité des gens sont aux prises avec des tendances inférieures. Je ne vous étonnerai pas en vous disant qu'autour de nous circulent plus de mauvaises pensées et tendances que de bonnes.

*Mme Langevin :* La méditation ne développe-t-elle pas la médiumnité dans un bon sens ?

*M. Monod-Herzen :* La méditation tend à développer l'intuition. On peut appeler cela de la médiumnité. Les dons de guérison sont tout à fait autre chose que la médiumnité. C'est la capacité que vous avez d'aider à harmoniser un phénomène vital chez un autre individu. C'est une puissance vitale qu'on est capable de diriger. Chez certains cela se manifeste spontanément. Chez d'autres cela peut se développer. Pour ce faire il faut commencer à l'appliquer à soi-même et ne le faire pour d'autres que si ceux-ci le demandent. Si on sent qu'on a cette possibilité, il est excellent d'apprendre le massage qui dans certains cas sera beaucoup meilleur.

*En réponse à une question :* Les médiums ont tendance à lire dans le subconscient des êtres. Ils ne se rendent absolument pas compte de ce qu'ils transmettent. Tandis que celui qui est un véritable guérisseur, sait ce qu'il fait. Le médium sent ce qu'on appelle un instinct et l'instinct vaut ce qu'il vaut. C'est-à-dire qu'il dépend d'un long passé qui l'a fait naître et qui peut être de tous les genres.

*Au sujet de la clairvoyance :* A l'encontre d'un événement passé qui est fixé dans tous ses détails, celui qui ne s'est pas encore produit n'est jamais totalement fixé, parce qu'il peut arriver de l'extérieur quelque chose qui modifie le résultat. Ce que les gens voient sous forme d'images très précises, c'est une probabilité qui a des chances de réussir. L'avenir contient toujours une possibilité inconnue. Swedenborg voyant le Capitole prendre feu, a vu à distance une chose qui se passait exactement comme il la voyait. Mais elle n'était pas dans l'avenir.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

*Le professeur nous parle du Congrès de Cordoue au cours duquel scientifiques et parapsychologues ont fait des expériences concluantes de vision à distance :*

On commence à se rendre compte que nous avons négligé toute une partie de nos possibilités. Beaucoup d'hommes de science pensent que ce qu'ils ne savent pas, n'existe pas. Certains, pourtant, commencent à sentir qu'il y a beaucoup de choses qui leur manquent. Ainsi un musicien a fait des recherches sur les théories de l'acoustique et leurs rapports avec les instruments de musique. Et il a découvert qu'aucun instrument de musique ne correspond à la théorie. On a fait une théorie pour des instruments qui n'existent pas. Ce que les acousticiens ont dit est vrai, mais cela ne joue qu'un rôle si petit dans l'instrument que, pour qu'il ait une valeur pratique, il faut absolument tenir compte d'autre chose...

Nous avons actuellement deux optiques, elles ne sont pas compatibles l'une avec l'autre, mais chacune donne de grandes satisfactions dans certains domaines. On commence maintenant à comprendre qu'il est inadmissible qu'il y ait deux optiques, il faut qu'il y ait un point de vue commun aux deux. Il y a donc une unité qui est au-dessus de cette première couche de phénomènes. Et cela est tout à fait indien, il y a une unité complète et celui qui perçoit cette unité peut ensuite percevoir ses différentes manifestations. La Swami Hridayananda en parlait à Roscoff et elle ajoutait : « Nous sommes ici entrain de parler, mais vous vous trompez quand vous pensez que je parle et que vous écoutez. Nous sommes en réalité une unité de conscience qui aborde certains sujets et il y a une communication entre nous. Mais il n'est pas indifférent que ce soit vous qui soyiez là plutôt que quelqu'un d'autre. »

*Une participante :* J'ai un problème : je n'aime pas une personne de ma famille avec laquelle je suis obligée d'être assez souvent. J'en suis arrivée à souhaiter sa mort. Elle vient d'avoir un accident, est-ce que ma volonté a eu une influence sur ce fait ?

*M. Monod-Herzen :* Cela supposerait des pouvoirs que personne ici ne possède. Ce n'est pas théoriquement impossible, mais seulement dans des cas extrêmes et rarissimes. Je crois que vous êtes tout à fait innocente. Mais ce qui est vrai, c'est que d'avoir une mauvaise pensée n'est pas une bonne chose. Vous répandez autour de vous une influence qui, en général est mauvaise, c'est-à-dire qu'elle va s'insérer chez les autres. Nous croyons que nous pensons, mais dans la plupart des cas, nous recevons une pensée de l'extérieur qui traverse notre conscience et qui va éveiller en nous des tendances qui ne sont pas fameuses. Il vaut mieux ne plus trop y penser.

*Sur l'Ego :* Quand on s'imagine que l'égo est fait pour lui-même, tout le mécanisme est détraqué. L'égo est fait pour manifester, pour exprimer nos intentions. A part cela nous avons des impulsions parfaitement respectables. Quand on a faim, on a bien le droit d'avoir faim, mais ce n'est tout de même qu'une petite chose.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

*Groupe de Clara TRUCHOT - 21 novembre 1979*

Nous avons vu que le Do-In est basé sur les lois de l'acupuncture et que l'acupuncture est basée sur les lois du Tao, c'est-à-dire les lois positives et négatives qui gouvernent l'Univers, qui s'harmonisent entre elles et qui se complètent en s'équilibrant, ne pouvant vivre l'une sans l'autre.

Une légende dit que dans la nuit des temps les gens n'avaient pas la vie facile et se heurtaient à tous les cataclysmes que leur envoyait la nature. Les manifestations des éléments, les orages, le vent ou au contraire le soleil dépassaient complètement leur entendement et ne pouvaient être que l'œuvre de bons ou mauvais génies. Il en était de même pour tout ce qui touchait au corps physique. Les mauvais génies résidaient dans les parties douloureuses. Les sorciers usaient d'onguents, de plantes, et essayaient ainsi de guérir les gens. Or, un jour dans un groupe de chasseurs, un chasseur reçut une flèche dans le pied. Le sorcier-médecin intervint, enleva la flèche et fit un gros pansement avec des herbes pour que le mauvais génie ne puisse entrer dans le pied et lui faire encore plus mal. A la stupéfaction générale, le chasseur se releva et se mit à danser parce que, disait-il, « Bien sûr, j'ai un peu mal à l'endroit où pénétra la flèche, mais je souffrais d'une douleur épouvantable qui partait des reins et qui descendait jusqu'aux pieds je me demandais même comment je pourrais marcher et aller à la chasse. Et maintenant, cette douleur a disparu ! ». Devant ce résultat le sorcier-médecin se mit à chercher dans les villages environnants d'autres personnes souffrant de ces mêmes douleurs. Il trouva une vieille femme impotente, ne pouvant plus quitter son lit. Le sorcier lui enfonça une flèche dans le pied et la vieille femme put marcher à nouveau. A partir de là d'autres recherches furent entreprises et, chose curieuse, on trouva treize points où se mettaient les mauvais génies, et ces treize points sont toujours encore employés. On les appelle : « *les points antiques* » et le point touché par la flèche qui se trouve dans le creux du tendon d'Achille, est appelé maintenant : « le point de toutes les douleurs du corps ».

Depuis lors on a amélioré la méthode, on emploie de petites aiguilles, d'autres points ont été découverts pour la plupart par des voyants et des Rishis. Et un jour on s'est aperçu que ces points réunis formaient des trajets que les Chinois ont appelés fils, trames et Soulié de Morand des « méridiens », par rapport aux lignes de force de la terre. En réalité ce sont plutôt des trames qui soutendent les tissus. Dans l'esprit des orientaux le corps n'est autre que le revêtement d'une trame d'énergies, d'une cotte de mailles et si, dans cette cotte de mailles il y a un accroc, le corps est malade.

*On discute sur l'appellation des différents corps :* Dans la conception indienne et chinoise, le *corps pranique* est le corps de l'énergie qui est très déterminé puisqu'il a des trajets dans lesquels circule le prana et si le prana ne circule pas très bien, le corps physique s'en ressent. Lorsque le corps pranique disparaît complètement, le corps physique meurt. Les Chinois parlent aussi du *corps de l'énergie.*



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

Qu'est-ce que cette énergie vitale qui court le long des lignes de force appelées « *méridiens* » dans l'acupuncture et « *nadis* » dans le Yoga ? Qu'est-ce que le Chi des Chinois, le Pneuma des Grecs, le Ka des Egyptiens, le Prana des Indiens et le Rvah des Hébreux ? La Tao dit : « C'est l'esprit cosmique qui anime toute chose, qui donne à l'homme son énergie, à la nature sa vie, à l'eau son mouvement, aux plantes leur croissance ». C'est donc une énergie cosmique. Nous y rajouterons l'énergie tellurique qui nous vient de la terre. Notre propre énergie vitale est composée d'énergie cosmique, d'énergie tellurique, d'énergies qui nous viennent des aliments, d'énergie qui nous vient de l'eau, il y aurait aussi des énergies qui nous viennent des ancêtres. Il y aurait mêmes des énergies appelées « perverses ». Tout cela est très subtil, tout se mêle, s'enchevêtre. On ne pourrait pas vivre sans ce Chi, sans cette énergie. Comment la décrire ? Elle fait partie des rayons du soleil sans être les rayons du soleil ; elle fait partie de l'air sans entrer dans la composition de l'air ; elle fait partie de l'eau, mais elle n'est pas dans l'eau ; elle fait partie des plantes sans entrer dans leur composition chimique. La seule chose que l'on pourrait dire, c'est qu'elle est comme les ondes qui passent, que l'on peut capter dans la radio, la télévision, qu'on obtient dans l'électricité, ondes positives et négatives. Ce sont des ondes subtiles qu'on peut capter par la respiration et par d'autres moyens scientifiques, mais qu'on ne peut pas décrire, ni peser, ni disséquer, ni voir. Les Indiens et les Chinois savent l'utiliser depuis bien longtemps. Les Grecs l'appelaient « pneuma ».

C'est par l'air que nous pouvons la diriger et le Tao raconte qu'un Sage était capable à travers sa respiration d'envoyer tellement d'énergie, qu'il pouvait faire baisser les eaux de sept mètres, allumer un feu, l'alimenter pour faire cuire des aliments sur un toit de chaume sans que brûle le chaume, enlever à l'eau brûlante toute possibilité de brûler quiconque, et même empêcher les chiens d'aboyer ! Certains Sages vivent presque sans s'alimenter en captant le prana de l'air.

Clara Truchot met en garde contre les exercices de pranayama qui préconisent la rétention du souffle, car ils peuvent être très dangereux dans un milieu où l'air est aussi pollué qu'à Paris.

Elle cite deux exemples ayant trait au prana : Quand vous avez dans la journée un coup de barre, vous prenez un petit morceau de gâteau, de pain, de fromage, et dès que vous l'avez mis dans la bouche, cela va mieux, parce que dès que vous mettez un aliment dans la bouche, son prana se dégage et est capté par la langue qui est un réservoir d'énergie. C'est pourquoi les orientaux ne purifient pas seulement les dents, mais aussi la langue. En autre, s'ils recommandent de bien mâcher, c'est davantage pour capter l'énergie jusqu'à la dernière goutte, que pour bien digérer. Car tant que vous sentez encore le goût des aliments, il y reste des énergies.

On peut, dit-elle encore, donner à manger à un cadavre, lui insuffler de l'air. lui donner de l'eau, etc., et pourtant il ne revient pas à la vie. C'est parce que le prana s'en est échappé.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

Il y a deux points situés entre le périnée et l'anus. Il est à la rencontre de deux méridiens importants : le méridien « *conception* » qui passe devant le corps, qui est chargé de notre énergie ancestrale et la déverse dans l'énergie générale, et le méridien « *gouverneur* » qui passe derrière, le long du dos, qui est médian et qui sert de régulateur à tous les autres méridiens qu'il double. Ces deux points peuvent justifier qu'une personne est véritablement morte, car il y a des cas trompeurs de collapse, dont l'être revient au bout d'un certain temps.

Pour pratiquer le Do-In et ensuite le Shiatsu, il est nécessaire de connaître un minimum d'acupuncture pour ne pas travailler dans le vide, pour savoir pourquoi vous agissez. Ce sont les circuits dits superficiels qui nous intéressent. Ils sont composés de douze méridiens bilatéraux. Ils encerclent littéralement le corps et forment comme un collier à trois rangs et descendent d'un côté jusqu'aux pieds. Il y a des méridiens ascendants et des méridiens descendants. (Nous regardons des planches qui sont reproduites dans le livre de Clara Truchot qui paraîtra très prochaiment). Tous ces méridiens correspondent entre eux. Ils s'articulent soit au thorax, soit à la tête, et ils changent de polarité. Les méridiens yin sont sur le devant du corps, les méridiens yang à l'arrière. Seul le méridien de l'estomac qui est yang est sur le devant du corps.

Les Chinois, en faisant des recherches sur les condamnés à mort qui avaient consenti à être les objets de ces expériences, ont découvert sur le vif, la physiologie du corps. Et ils ont trouvé qu'il y avait des « *organes-trésors* » qui stockaient, purifiaient et distribuaient, et que ce que nous appelons les viscères servaient à l'absorption, à la transformation et à l'élimination. Ils les ont nommées des « *organes-ateliers* ». Les organes-trésors sont toujours en rapport avec les organes-ateliers et, partant de là ils ont donné des noms aux méridiens : méridien du foie, de la vessie, de la vésicule biliaire, méridien du poumon, etc., chacun portant le nom d'une fonction ou d'un organe. Les organes-trésors sont creux, ils sont yin. Les voici : méridiens du poumon, du cœur, du foie, des reins, de la rate-pancréas et maître du cœur. Les organes-ateliers sont yang, ils travaillent et ne servent pas seulement de réservoirs. Ce sont : les méridiens du gros intestin, de l'intestin grêle, de la vésicule biliaire, de la vessie, de l'estomac et du triple réchauffeur. Celui-ci et le maître du cœur ne sont pas des organes, mais des fonctions très particulières : le méridien maître du cœur préside à la circulation du sang, mais il est aussi le méridien du psychisme du cœur. Il concerne donc aussi l'affectivité et la foi. Le méridien triple réchauffeur concerne ce qu'on nomme aussi les triples foyers, le foyer respiratoire, le foyer digestif, le foyer génito-urinaire, donc tout ce qui nous anime, respiration, digestion, reproduction. Certains acupuncteurs ne soignent qu'à travers ce méridien.

Il y a en outre un circuit profond, constitué par des méridiens qu'on appelle « *les merveilleux vaisseaux* ». Si un méridien est surchargé, ils le dégagent. Si, au contraire, il y a carence d'énergie, ils y suppléent. Normalement cela se fait automatiquement, mais quand cela va mal il faut les aider. Il y en plus de cela des tas de connections qui réunissent entre



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

eux les méridiens yin et yang, il y a des circuits midi-minuit, des trajets époux-épouse ou mère-fille, etc. Il y a beaucoup d'activité et, pour atteindre cette profondeur, on ne peut que toucher les méridiens superficiels.

En piquant un point l'acupuncteur devrait non seulement tenir compte de la vivacité du regard, de la couleur du teint, de votre attitude, du temps, des éléments prédominants, de la saison, de vos quatorze pouls, mais aussi de tous les trajets intérieurs, en sachant qu'il y a sur les méridiens des *points-sources*, des *points-clefs*, des *points-héros*, des *points de tonification, de dispersion* qui, chacun doit agir quelque part dans dans toutes ces trames, dans toutes ces « stations de métro » que sont les points d'acupuncture.

Les méridiens s'enchaînent et l'énergie circule de l'un à l'autre passant comme un fil dans un triple rang de collier, mais avec des lois très précises. L'énergie se distribue toujours de la même façon en alimentant successivement les méridiens, les viscères et les organes selon ce qu'on appelle l'*horloge chinoise*. Cela veut dire que l'énergie passe dans chaque méridien pendant deux heures, ce qui reperésente vingt-quatre heures pour les douze. Elle passe par le méridien du poumon entre 3 et 5 heures du matin, c'est en général l'heure de méditation des moines, l'heure du pranayama en Inde qui se situe vers 4 heures du matin. Si l'énergie se bloque à ce niveau, cela provoque de l'athsme et de la toux.

Mais commençons l'horloge à 0 heure, chaque heure représentant le maximum d'énergie au point déterminé. Donc, 0 heure, vésicule biliaire, 2 heures le foie, 4 heures le poumon, 6 heures les gros intestins (l'heure de défécation se situe entre 6 et 7 heures), 8 heures l'estomac, d'où la nécessité de faire un bon et copieux petit-déjeuner, le méridien étant alors en grande activité, 10 heures rate e tpancréas, à ce moment on commence un peu à digérer, midi méridien du cœur. Si on a des problèmes de ce côté, mieux vaut éviter tout effort autour de midi. 14 heures intestin grêle, 16 heures vessie, 18 heures reins, 20 heures maître du cœur, 22 heures triple réchauffeur.

Les méridiens agissent les uns sur les autres. Ainsi par exemple, quand votre vésicule biliaire est bouchée, l'énergie étant bloquée, elle provoque presque toujours une crise de foie. Un foie fatigué peut entraîner une bronchite, un rhume. Une crise de foie peut provoquer des troubles respiratoires, des troubles respiratoires un trouble intestinal, et ainsi de suite. On se pose souvent des questions au sujet des troubles divers, ils sont dus simplement à cette circulation d'énergie.

Clara Truchot nous donne les trajets des méridiens :

Partant du *poumon*, l'énergie émerge du thorax, suit le méridien le long du bras et arrive à l'ongle du pouce. De là par un trajet intérieur l'énergie passe dans l'index par le *méridien du gros intestin*, remonte le long du dessus du bras (yang) et arrive à l'angle du nez, à la pointe du nez, puis au-dessous de l'œil. Le *méridien de l'estomac* descend tout le long du corps pour aller se terminer au deuxième orteil à l'angle de l'ongle. Du deuxième orteil l'énergie passe dans le gros orteil du côté du



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

deuxième. C'est le *méridien rate-pancréas*, pour remonter le long du corps jusqu'au thorax. Ces trajets forment une première boucle.

Emergeant encore du thorax à un autre endroit, l'énergie alimente le *méridien du cœur* et arrive jusqu'à l'auriculaire à un point de l'ongle que les Chinois appellent « *le point du croque-mort* », parce que ceux-ci mordaient le doigt à cet endroit pour s'assurer que la personne était vraiment morte. Le petit doigt a l'avantage d'avoir deux méridiens à lui tout seul, celui de *l'intestin grêle* qui part de l'autre côté de l'ongle pour arriver jusqu'à l'oreille. Partant de l'oreille l'énergie ressort à l'angle externe de l'œil pour alimenter un méridien très important, celui de *la vessie* qui remonte le long de la tête, la contourne, descend le long de la colonne vertébrale et à l'arrière de la jambe pour se terminer au petit orteil. On l'appelle le méridien de la sciatique. Ce sont toutes les douleurs non seulement de la vessie, mais aussi du dos, de la jambe, de la nuque, de la tête, même des yeux. Partant du cinquième orteil l'énergie arrive sous la plante des pieds, *le méridien des reins*. Il est le seul qui ne soit pas sur un orteil, mais sous le pied où il prend sa source dans un petit creux que les Chinois appelaient « la source bouillonnante, la fontaine jaillissante ». C'est par là qu'entre en nous l'énergie de la terre. Ce méridien remonte le long de la jambe jusqu'aux thorax et cela ferme la deuxième boucle. Et encore un peu plus loin au thorax, l'énergie émerge pour alimenter *le maître du cœur* qui longe le bras en-dedans pour aller se terminer à l'ongle du majeur. De là l'énergie passe dans le quatrième doigt, c'est *le méridien du triple réchauffeur* qui remonte le long du bras, contourne et recontourne la tête et se termine à la queue du sourcil. Puis l'énergie apparaît à l'œil du côté externe pour descendre jusqu'au quatrième orteil, c'est *le méridien de la vésicule biliaire*. Gagnant à nouveau le gros orteil, côté vide, dans *le méridien du foie*, il remonte jusqu'au thorax. Le troisième rang du collier à trois rangs est ainsi bouclé lui aussi.

Tous ces méridiens, quoique autonome, ne vivent l'un que par rapport à l'autre. Rien n'est absolument fixe, rien n'est absolument défini. Nous sommes faits de pièces détachées. Tous ces méridiens ont aussi des prolongements internes, le foie par exemple a une branche interne qui remonte jusqu'à l'œil, ce qui explique l'œil jaune au moment d'une crise de foie. N'oubliez pas non plus que les méridiens changent de polarité aux extrémités. Il y a sur le corps environ 750 à 800 points, appelés « tsives », dont une centaine hors-méridiens. On est encore en train d'en trouver.

Certaines régions du corps sont le miroir de tout le corps en miniature, telles les oreilles qui ont la forme d'un fœtus et qui ont sur toute leur surface des points d'acupuncture distribués selon le corps du fœtus. Ils sont très nombreux et font partie de ce qu'on appelle maintenant « l'auriculothérapie ». Les Egyptiens et les Scytes ne l'ignoraient pas. Les anneaux des corsaires de même que les boucles d'oreilles touchent un point qui stimule la vue. Le visage de même que le dessus de la tête sont également des zones de réflexion de tous le corps. Même chose pour les



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

épaules et pour l'ensemble du corps, particulièrement au niveau des pieds, qui sont la zone de réflexion la plus importante du corps.

Dans le Do-In on se sert aussi beaucoup des zones sensibles. Ainsi les jambes molles et le manque d'appétit dépendent du méridien de l'estomac, les crampes à l'extrémité des jambes proviennent d'un excédent de ce méridien. L'envie de sucreries indique une déficience du méridien rate-pancréas, l'anxiété, le manque de décision relèvent du méridien du cœur qui flanche. Les douleurs de la nuque, du dos et des épaules viennent du méridien de l'intestin grêle, les pieds froids de celui des reins, les yeux fatigués, les jambes maladroites, le mauvais caractère, l'irritabilité viennent du méridien du foie qui flanche, lorsqu'il est excédent il provoque des larmes faciles, la frénésie du travail. Il y a donc des symptômes comme ceux-ci pour chaque méridien.

*19 décembre 1979 : .*

Dans certains ouvrages le corps pranique, le corps éthérique représentent la même chose. L'aura en fait partie. Selon la tradition hindoue nous avons cinq corps appelés koshas.

Nous allons aujourd'hui spécifier un peu le Do-In. Sous son aspect un peu simpliste il est tout de même à la base d'une grande discipline spirituelle, le *Sendo* qui signifie « l'homme de la montagne », c'est-à-dire, l'homme évolué qui vit sur un plan de conscience très subtil et qui a donc percé ce qui existe au-delà des apparences. A l'opposé il y a ce qu'on appelle *Zoku,* « l'homme de la vallée » qui lui vit dans un univers clos et limité. Le but du Sendo est de passer de cet univers limité à des univers plus élevés.

Le Do-In est la base de cette voie, c'est-à-dire qu'il consiste en des exercices très simples, afin de « faire » un corps sain en équilibrant les énergies dans le corps. Il est important d'avoir une nutrition juste, principale source d'énergie et de savoir quelles sont celles qu'on introduit dans le corps, car elles sont la base de notre énergie physique, mentale, psychique et spirituelle. On ajoute à cela une respiration juste, ensuite la concentration sur les centres, foyers d'énergies du corps, pour arriver à la compréhension des êtres et des choses, au-delà des apparences et à un état de méditation. Lorsque vous avez atteint ceci, vous êtes devenu Sendo.

Comment pratique-t-on le Do-In ? Par des frictions, par des pressions du pouce, de la main, de la paume. Vous retrouverez bien souvent des gestes qui vous sont familiers. On les a codifiés. C'est efficace et simple. Seuls la fièvre ou des éruptions cutanées sont des contre-indications. Lorsque vous aurez pris l'habitude de cette technique et que vous sentirez tout-à-coup une douleur, vous saurez qu'elle correspond à un point d'acupuncture sur un trajet de méridien ou hors méridien. Les bienfaits de Do-In sont immédiats, mais à la longue vous pourrez avoir une amélioration beaucoup plus importante sur des douleurs, des tensions musculaires, sur l'équilibre du système nerveux.

Nous allons maintenant aborder le côté pratique. Je vous rappelle



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

que les Chinois considèrent que le ventre et les jambes sont en rapport avec la terre, la partie moyenne du buste avec l'air et la partie haute, la tête et les bras avec le ciel. Ce sont en quelque sorte des champs vibratoires.

Pour commencer on stimule le plus haut du champ vibratoire en élevant les mains au-dessus de la tête et en les frottant très vigoureusement l'une contre l'autre, jusqu'à ce que vous sentiez qu'elles chauffent. En éloignant les mains ensuite l'une de l'autre, vous pourrez sentir jusqu'à quelle distance cette vibration persiste. Les magnétiseurs guérissent à l'aide de ce fluide. Tout le monde le possède.

Comme dans beaucoup de discipline le Do-In débute par une salutation à la force cosmique qu'on appelle : *salutation au soleil,* soleil en tant que distributeur de vie et de force cosmique. Pour ce faire on prend la position du *Seida,* qui est la position habituelle des Japonais, à genoux, assis sur leurs pieds, les talons ouverts et un orteil superposé. Les genoux sont un peu écartés et les mains forment un triangle, pointe en haut. En expirant on s'incline et on pose la tête dans le triangle des mains. On répète trois fois cette salutation. En même temps que la force cosmique, on salue les gens qui travaillent avec vous, de même que votre dieu personnel. Par ce geste symbolique vous placez une force yang en contact avec la terre qui est yin.

Je vous avais parlé la dernière fois des zones-réflexes du corps, zones privilégiées où les organes se réfléchissent et qui se trouvent partout, en priorité aux oreilles sur la surface desquelles il y a, je crois 200 points d'acupuncture qui correspondent à des éléments précis du corps. Cela fait à présent partie de l'auriculothérapie, nous ne nous en occuperons pas. Les pieds sont une autre zone privilégiée car, non seulement les organes s'y reflètent, mais lui-même a la forme d'un corps, la colonne vertébrale se trouvant sur le côté extérieur.

Nous allons aujourd'hui nous occuper de la tête et du visage qui sont également des zones de réflexion du corps. C'est très amusant de découvrir le corps avec une autre vision et de se dire : « Mes intestins sont là, mais ils sont aussi là, et puis là aussi ! ».

Lorsque vous allez faire le Do-In du visage, vous allez atteindre des méridiens, des zones sensibles et en plus les trois parties de visages correspondent le bas à la terre, le milieu au-dessus de la bouche à l'air et le haut au ciel. On retrouve toujours et partout ces trois divisions, l'étage respiratoire et l'étage digestif et génito-urinaire. Les yeux sont dans le ciel, ils ne peuvent pas toucher les choses, ils ne peuvent que les appréhender. La bouche par contre touche les choses et le nez touche et ne touche pas. C'est pourquoi cette partie du visage appartient à la fois au ciel et à la terre. Vous avez sur le front trois plis principaux qui se marquent davantage avec l'âge. Le pli du bas correspond à la terre, celui du milieu à l'air et celui du haut au ciel.

En massant le front vous allez atteindre le méridien de la vessie et le méridien conception, de même que le méridien de l'estomac, sans compter le méridien de la vésicule biliaire qui se termine au bout externe



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

de l'œil, et le méridien triple réchauffeur qui est en relation avec les foyers respiratoire, digestif et génito-urinaire. En plus vous avez des zones de correspondances, à gauche l'estomac, à droite le foie et au milieu le pancréas. En principe on masse de haut en bas sans s'occuper des méridiens.

Nous commençons les massages sur le front, aux sourcils et cils, sous les arcades sourcilliaires en cherchant à sentir les trois encoches. Tous les points d'acupuncture sont situés dans les encoches ou des dépressions. Nous arrivons ensuite au globe oculaire. Il y a beaucoup de mouvements pour les yeux, Clara Truchot nous en indique quelques-uns. Nous en trouverons d'autres encore dans son livre. Après les yeux nous arrivons au nez, la racine du nez étant en rapport avec l'entrée du méridien de la vessie et avec l'hypophyse qui agit sur la fatigue et sur les maux de tête. Pour les maux de tête on peut aussi masser les tempes. Les diverses pressions du nez étant terminées nous nous occupons des sillons qui vont du nez à la bouche, puis des pommettes situées dans la zone respiratoire, donc en rapport avec les poumons et les joues en rapport avec les intestins.

La langue est un muscle qui travaille beaucoup. Par elle on stimule les méridiens « par le dedans ». De même que pour les gencives, nous arrivons à un point important de la bouche, au-dessus de la lèvre en rapport avec le méridien gouverneur. C'est un point de réanimation, il stimule le cœur. « Et même quand vous écoutez une conférence qui vous endort, dit Clara Truchot, très discrètement, vous le massez ! ».

A l'intérieur de la bouche l'énergie se trouve toujours bloquée. Sur les maxillaires se trouvent également trois encoches que l'on tire vers soi pour stimuler les glandes salivaires, calmer l'irritation des gencives et même l'oreille interne, tout étant relié.

Nous passons au menton en relation avec les reins, les voies urinaires, la sexualité et nous finissons par les différents massages du cou.

Nous ne pouvons évidemment donner plus de précisions sur cette technique dans un compte rendu de ce genre. Aussi mettons-nous nos lecteurs en garde : il serait certainement dangereux de chercher à appliquer le Do-In, sans être dirigé au commencement par une personne compétente ou encore avant d'avoir l'aide et les conseils du prochain livre de Clara Truchot.

*Groupe du Docteur Maud COUSIN - 6 décembre 1979*

Nous en étions resté, dit le Docteur Cousin, à l'évolution à partir de la mort physique vers le monde spirituel et la libération. Le corps physique a commencé par se séparer du corps éthérique, ce qui a provoqué la mort. Puis le corps éthérique à son tour s'est éliminé, le corps astral continuant son évolution en se purifiant de toutes ses passions pour finalement ne laisser subsister que le Moi, tel un germe qui, sous l'action de l'ambiance spirituelle dans laquelle il va évoluer, se développera et s'enrichira, jusqu'à reformer autour de lui les différents corps qui lui permettront de se réincarner dans un corps physique.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

Parlant de ce « monde des Esprits » dans lequel évolue à présent le Moi, Steiner dit qu'il y a une certaine analogie avec le monde des sens, puisque « tous les êtres de l'entourage spirituel du Moi, trouvent leur expression dans un monde rayonnant de couleurs ».

Ce qui est curieux, continue le Docteur, c'est que ces couleurs sont inversées, parce qu'on les perçoit soit de l'intérieur, soit de l'extérieur. Elles sont complémentaires. Cela correspond au fait que vous ne voyez que la couleur réfléchie. Elle est donc l'opposé de la couleur réelle. Si vous voyez une couleur verte, c'est que le vert n'a pas été pris par l'objet et qu'elle vous est renvoyée. Un objet blanc est un objet qui renvoie toutes les couleurs, tandis qu'un objet noir garde tous les rayonnements. Donc même dans notre monde physique, les couleurs que nous voyons ne sont pas réellement celles des objets perçus. Car si vous changez la qualité de la lumière, la couleur change. Je crois que dans cet autre monde on arrive à avoir la réalité par l'intérieur.

*Une participante* dit que lorsqu'elle va s'endormir, elle voit généralement dans l'obscurité des couleurs violettes.

*Mme Langevin :* C'est précisément un phénomène qui se produit aussi pendant la méditation. C'est un stade d'après certains mystiques. On peut avoir toutes sortes de couleurs et souvent, du moins chez moi, le violet domine.

*Une autre participante :* Je crois que c'est la couleur du chakra qui domine.

*Le Docteur Cousin* nous parle des expériences faites par le Docteur Lefébure sur les réactions à des spots, c'est-à-dire des impulsions lumineuses et mêmes auditives. Il en tire des conclusions sur l'équilibre du système nerveux qu'il rétablit au moyen de cette technique.

« C'est intéressant, mais naturellement provoqué, tandis que les impressions colorées dont parle Steiner, ont une toute autre origine que celles du monde des sens. Les couleurs que l'on voit dans le monde spirituel peuvent être comparées à des sons qui seraient perçus comme une force qui se propage dans l'univers à travers le Moi et qui sont également des manifestations d'autres entités qui se répandent à travers lui. Cela fait penser à la « musique des sphères ».

« Une manifestation plus haute, continue Steiner, a lieu dans le « monde des Esprits lorsque le son devient *parole spirituelle,* car, à ce « moment ce n'est plus simplement « *la vie en mouvement* » d'un autre « être qui passe à travers ce Moi, mais cet être communique à ce Moi sa « propre nature intérieure. Telle est réellement la communication du « Moi avec d'autres être spirituels. »

Steiner distingue cinq régions dans le monde des Esprits :

1°. — *La Terre ferme* « dans laquelle devient visible ce que fut une « forme préceptible à des organes physiques. On y découvre par exem- « ple, la force qui donne sa forme à un cristal. Mais comme pour la cou- « leur, c'est l'opposé qui se révèle, une masse rocheuse dans le monde « physique, devient une sorte de creux, tandis qu'on voit tout autour la « force qui lui donne sa forme. »



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

2°. — *L'élément liquide ou Mer.* « ... Pour le regard spirituel la vie est « une réalité mouvante qui se répand à travers le monde des Eprits com- « me l'eau de la mer et les fleuves sur la terre, ou encore comme le sang « à travers le corps humain. Ce flot de vie a une certaine régularité. Il est « également perçu comme une résonance spirituelle.

3°. — *L'atmosphère.* « De même que l'air sur la terre, dans le monde « des Esprits tout est imprégné de sensations, tel qu'un océan de sensa- « tions en mouvement. Ainsi une bataille sur le plan physique avec tout « ce qu'elle comporte de sentiments, de passions, de souffrances, devient « un phénomène se passant dans l'élément aérien du monde des Esprits « comparable à un orage dont la perception ressemble à l'audition de « paroles dans le domaine des sens ».

4° — *La pensée.* C'est ce qui permet à l'homme de devenir créateur, d'agir en transformant, en enrichissant le milieu où il vit. « Les idées « conçues par les hommes dans le monde physique ne sont que les révé- « lations d'un monde de pensées qui sont des entités vivantes et autono- « mes dans le monde des Esprits et qui se transmettent par l'intermé- « diaire du corps. »

Nos inspiration viennent de là, dit le *Dr Cousin,* ce qui expliquerait que certaines inventions prennent naissance en même temps dans différentes parties du monde. Nous verrons plus tard que notre Moi actuel est encore très fruste et qu'il est appelé à développer le Moi spirituel, l'Esprit de Vie et l'Homme-Esprit. Et plus le Moi sera évolué, plus intensément il vivra dans le monde spirituel.

*Mme Freudenberg :* Comment peut-on développer ce Moi ?

*Dr Cousin :* Il y a à ce sujet des conseils dans la dernière partie du livre qui d'après Steiner, peuvent aider à percevoir toutes ces choses. Lui il les a perçues et il cherche à les rendre intelligibles. Il propose une conception du monde. Pour ma part je pense que c'est vraisemblable. Ce que nous ne pouvons pas comprendre dans notre vie actuelle, nous le comprendront mieux dans notre prochaine vie. Nos perceptions s'enrichissent précisément au cours de nos passages dans ces mondes où on garde l'expérience de ses vies précédentes dont l'acquis persiste dans la suivante. C'est pourquoi on ne peut pas juger les gens, ils ont fait des expériences différentes, ils ont franchi des obstacles, ils sont tous à des stades différents. Savoir qu'on a d'autres existences procure l'idée de justice dans le monde et explique les inégalités. Quand on meurt il se fait tout un processus, nous l'avons vu la dernière fois. On parle de purification, de feu purificateur qui fait qu'à son tour on éprouve ce qu'on a infligé de mal à l'autre et lorsqu'on a expérimenté, revécu tous ces actes imparfaits, ils se détachent de vous. Tandis que d'autres qui sont encore à réparer, restent conscients avant la réincarnation suivante et on les accepte pour les affronter à ce moment. Nous n'avons pas encore développé la super-conscience de notre Moi, d'autres êtres, plus évolués, sont là pour nous y aider.

D'après Steiner, les évolutions s'étendent sur des millénaires. Il semblerait qu'il y ait des cycles comprenant plusieurs septénaires avec



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

chaque fois des concrétisations et des spiritualisations. C'est un peu comme le jour et la nuit, une partie active et une partie de sommeil. Il y a enrichissement pendant la période de sommeil qui se manifeste par une évolution plus grande à chaque concentration. Tout est cycle. Je ne sais s'il y a un commencement et une fin, c'est tellement long dans le temps. A notre petite échelle, c'est bien difficile à imaginer.

Il faut faire comprendre aux gens que toute chose a une cause et des conséquences, que le monde est très organisé. Ainsi la pesanteur est une loi, si vous vous jetez par la fenêtre, vous tomberez immanquablement ! Ces cycles évolutifs sont nécessaires parce qu'ils représentent un perfectionnement progressif. Notre corps physique est une merveille. Il n'a pas pu se faire en un jour, il s'est transformé petit à petit. Il est encore en train de se perfectionner. Le Moi l'imprègne de plus en plus. Il faut le temps et les expériences. Rien ne se fait contre le temps. Les époques dramatiques sont des époques très importantes pour la formation. De toute façon notre vie est une perpétuelle création et destruction. Pour vivre nous sommes obligés d'absorber des énergies, de prendre des aliments que nous empruntons à d'autres. Il y a encore bien du mal à éliminer, il y aura encore bien des luttes, jusqu'au jour où les gens emploierons la douceur. On arrivera à l'âge d'or. Mais pour le moment nous sommes en plein kaliyuga qui est une période de purification. Dans ce genre de choses le temps n'a pas d'importance, l'évolution étant plus ou moins tracée, tout en laissant une certaine liberté, une certaine initiative, mais dans certaines limites.

*Une participante :* Un de mes amis astrologue dit que notre libre arbitre consiste à accepter notre destin, de faire corps avec lui. A ce moment il est beaucoup moins pénible, sans cela on se révolte.

*Dr Cousin :* Revenons à Steiner :

5°. — Ce qui existe peut se comparer à la *lumière* physique. « C'est « de la *sagesse* se manifestant dans sa forme originelle. Les êtres qui « répandent leur sagesse autour d'eux comme le soleil sa lumière dans « le monde physique, appartiennent à cette région. »

« Il y a encore des régions plus élevées dans le monde des Esprits. « Leur description figurera dans la suite de cet ouvrage. »

« C'est dans cet univers que le Moi est plongé après la mort avec « tout ce qu'il apporte de son existence terrestre. ... « Le Moi peut alors « croître et s'épanouir ». Et Steiner continue à expliquer que dans ce que perçoit un organe il y a aussi la force qui le constitue, ainsi sans lumière il n'y aurait pas d'œil. De même le corps humain est édifié par des forces cachées dans ce que les organes perçoivent. « Le corps physi- « que est constitué par des forces du monde physique, le corps éthérique « par celles du monde de la vie, et le corps astral tire sa constitution « du monde astral. C'est ainsi que le Moi dans le monde spirituel voit « venir à lui des forces qui restent cachées à la perception physique, « c'est-à-dire des entités spirituelles qui entourent toujours l'homme et « qui ont contribué à former son corps physique. Dans la seconde région « il vit parmi les forces qui ont formé son corps éthérique et dans la



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

« troisième il se trouve avec les puissances dont est issu son corps astral. « Enfin des régions plus élevées du monde spirituel affluent vers lui ce « qui le constitue pendant son existence entre la naissance et la mort. »

*Dr Cousin :* Beaucoup de personnes demandent quelle est la part d'hérédité. Ce que j'ai cru comprendre, c'est que lorsque le Moi reprend d'abord un corps nouveau astral, puis un nouveau corps éthérique et enfin un corps physique, l'hérédité physique ne touche que les trois premiers corps, tandis que le Moi est gros de ce qu'il a acquis dans les différents mondes.

On parle de jeunes enfants qui ont des réminiscences et qui voient certaines choses que les adultes ne perçoivent pas. Cela donne lieu de la part du Dr Cousin à un exposé sur le développement du fœtus jusqu'au bébé qui naît. Le Docteur pense que le Moi s'incarne progressivement et que vers l'âge de sept ans il est davantage sinon tout-à-fait incarné. La puberté aussi joue un rôle. La vie est une continuelle transmission.

*Une participante :* Comment peut-on expliquer la continuité lorsqu'il n'y a pas d'enfants ?

*Dr Cousin :* Si vous avez des enfants vous n'avez transmis que le corps physique et la possibilité du développement d'un être. C'est comme l'oiseau qui construit son nid pour le petit être à naître. Vous l'avez nourri, entretenu. Sous cette forme là nous transmettons une partie de ce que nous avons reçu. L'être nouveau va capter certaines choses, en rejeter d'autres, il a son métabolisme. Le sang de la mère ne pénètre pas en lui et si le sang est vraiment le support du Moi, de la personnalité, cet être apporte son propre développement.

Puis on parle de jumeaux vrais ou faux. On fait beaucoup de recherches à ce sujet actuellement. Il est aussi question de végétarisme.

*Le Docteur* le préconise : Tout cela dépend de la hiérarchie des valeurs que nous attribuons aux choses. Je pense aussi que tout ce qui peut améliorer l'élément physique est à considérer. *Au sujet des œufs* : Quand vous mangez un œuf qui n'est pas fécondé et qui donc n'est pas viable, vous n'êtes pas en train de supprimer un poussin de l'existence et vous ne tuez pas non plus la poule. Même en étant d'origine animale, le fait de manger du lait, des œufs, du miel, se justifie. Tandis que la chair des animaux, cela se discute, même s'ils sont morts de leur belle mort. Car de quoi sont-ils morts ? Lorque vous voulez développer en vous la partie spirituelle, il faut absorber des choses moins lourdes et moins chargées d'énergies violentes. A ce point de vue la nourriture végétale est bien supérieure.

Nous revenons à Steiner qui nous dit que si, pendant le sommeil on ne fait que réparer les usures de la journées, après la mort lorsque le corps éthérique et le corps astral ont disparu, tout ce qui vient vers le Moi ne le répare pas seulement, mais le reconstitue. « Et après un cer- « tain temps un nouveau corps astral, capable d'habiter un corps éthé- « rique se forme autour du Moi, ainsi qu'un corps physique. » L'être ainsi formé « peut alors passer de nouveau par une naissance et entrer dans « une existence terrestre à laquelle s'est intégré le fruit de sa vie précé-



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

« dente. Jusqu'à l'avènement de ce nouveau corps astral, l'être est cons-
« cient de sa reconstitution, tant que son esprit n'est pas orienté vers
« la perception d'un monde extérieur. Mais dès que le corps astral est
« formé, l'être se tourne vers le dehors et se détourne aussi de toute
« révélation intérieure. C'est pourquoi intervient un stade intermédiaire
« au cours duquel il tombe dans l'inconscient et il ne pourra renaître
« dans le monde physique que lorsque seront formés les organes néces-
« saires à la perception sennsorielle. Seul un Moi qui aurait tiré de lui-
« même les forces créatrices cachées dans les corps physique et éthéri-
« que : L'Esprit de vie et l'Homme-Esprit, pourrait consciemment parti-
« ciper à cette double incorporation. Il a donc besoin d'entités plus
« avancées que lui pour y présider. Ce sont ces entités qui orientent donc
« le corps astral vers un nouveau couple de parents, afin qu'il soit pourvu
« d'un corps éthérique et d'un corps physique lui convenant. »

Selon les expériences que l'être aura à faire dans sa nouvelle incarnation il naîtra dans un milieu avec lequel il sera en harmonie ou, au contraire dans une famille dans laquelle il aura à lutter pour son propre accomplissement. Lors de son retour à la vie physique, il voit à nouveau, comme au moment de sa mort, se dresser devant lui une sorte de tableau rétrospectif de ses erreurs passées qu'il aura à affronter pour pouvoir poursuivre son développement et qui vont l'inciter à les réparer. Ainsi sa vie précédente agit sur la suivante en la déterminant. C'est la *loi du destin*, du *karma*.

Tandis que l'homme édifie son nouvel ensemble corporel entre sa mort et sa naissance, le monde physique évolue de son côté et quand l'homme revient à une nouvelle existence sur la terre, celle-ci est toute différente de ce qu'elle était lors de son passage précédent. « Cette trans-
« formation est l'œuvre de forces cachées, agissant à partir du monde où
« se trouvait l'homme après sa mort et lui-même a pour tâche de colla-
« borer à ce changement, aidé par des entités supérieures tant qu'il
« n'aura pas fait naître en lui l'Esprit de Vie et l'Homme-Esprit, c'est-à-
« dire tant qu'il n'aura pas clairement conscience du rapport qui unit
« l'esprit à sa manifestation physique. Les défunts restent ainsi en con-
« tact avec la terre, même entre leur mort et leur nouvelle naissance. »

« De même que la vie de l'être humain dans le monde spirituel agit
« sur les conditions du monde physique, son activité dans le monde phy-
« sique a des répercussions dans le monde spirituel. Ce qui a été tissé
« dans le monde physique par des êtres spirituels, subsiste dans le monde
« des Esprits. Là se retrouvent des amis qui se sont étroitement liés dans
« la vie. Ils sont même beaucoup plus liés que durant leur vie terrestre.
« Ils communiquent dans une même vie intérieure. »

« L'homme revient sans cesse sur terre lorsque le fruit qu'il a récol-
« té d'une existence terrestre est arrivé à maturité dans le monde des
« Esprits. Mais cette répétition n'est pas sans commencement, ni fin.
« Car à un moment donné l'homme a passé par des formes d'existence
« toutes différentes que celles qu'il vit actuellement, et dans l'avenir il
« en connaîtra d'autres. »



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

*Groupe de Annick de SOUZENELLE - 13 décembre 1979*

La lettre Ayin que nous avons étudiée la dernière fois, qui est l'œuf et en même temps la vision des profondeurs, est une des plus belles lettres, parce qu'elle rend bien compte de la loi absolue de la nécessité de descendre dans nos profondeurs si nous voulons atteindre les hauteurs. La vision de la Lumière totale est la dernière acquisition de l'homme. « J'avais entendu parler de Toi, maintenant mon œil Te voit », dit Job.

Nous étudions aujourd'hui la lettre PHE qui a pour valeur 80. Elle est l'initiale du mot Phé, si nous ajoutons seulement un Hé elle signifie : bouche. Souvenez-vous de la lettre Heith qui vaut 8 et qui est la barrière. Barrière qui se dresse devant l'homme qui a vécu le nombre 7, la plénitude qu'il est obligé de casser pour progresser, pour entrer dans une nouvelle octave, de nouvelles structures, lui permettant d'appréhender un autre champ énergétique, le Heith, le 8, se présentant comme le Gardien du Seuil de ce nouveau champ qu'il ouvrira à l'homme qui aura su dire le mot de passe.

Avec Phénous nous retrouvons un peu cette idée. Là aussi il s'agit d'un organe du corps ainsi qu'il en est fréquemment le cas dans le plan des dizaines. Que signifie la bouche pour les Hébreux ? Elle est tout un ensemble vocal. Nous avons été créés par le Verbe Divin et vivre dans ce Verbe Divin, c'est entrer dans une libération. Le Phé, c'est l'idée du Verbe qui nous est donné par la Tradition, du Verbe que nous sommes en devenir. C'est toute la Tradition que nous apporte le Phé et qui en soi est une barrière. Elle est une barrière parce que notre langue est symboliquement liée à l'Epée. L'homme procréateur par le sexe doit devenir créateur par le Verbe dans la dimension duquel nous avons à entrer. Nous ne faisons encore que balbutier, ignorant que notre Verbe est créateur souvent de vie et de mort. Nous sommes des êtres encore coupés de nous-mêmes, ignorant nos possibilités, notre potentiel qui est immense.

L'épée est l'archétype qui va s'exprimer d'une part par le sexe masculin et d'autre part par le Verbe. C'est l'épée à double tranchant qui vivifie ou qui tue selon que l'homme en ait acquis les structures ou non.

Le graphisme de cette lettre Phé est au départ une bouche qui, par la suite se stylise et qui donnera un peu la forme du Phé et qui sera à l'origine du Phi grec.

La lettre Phé est venue se présenter devant le Saint-Béni-Soit-Il, se réclamant du mot PEDOUT qui veut dire délivrance. Et, en effet le Phé est essentiellement liée à la notion de délivrance, de libération, d'ouverture à la Loi qui est un dépassement lorsque celle-ci a été intégrée. Le Christ a dit : « Je ne suis pas venu pour abolir la Loi, mais pour l'accomplir ». L'accomplir, c'est l'ouvrir aux différents octaves auxquels elle se propose à travers un texte. Les Hébreux disent que la Thora peut être lue sur soixante-dix plans, symboliquement, naturellemeent. Cela veut dire qu'elle peut être lue à bien des niveaux de leectures qui correspondent à différents niveaux de conscience. C'est cela l'ouverture de la Loi.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

Mais pour transgresser un niveau pour en aborder un autre, l'homme a besoin de beaucoup de courage. Car pour ceux qui ne peuvent le suivre dans son évolution il va passer pour un être abominable, incroyant. On va le montrer du doigt. Mais lui, il a reçu cette information intérieure qui va lui permettre d'aller plus loin.

Et le Saint-Béni-Soit-Il renvoie la lettre en disant : « Non, tu ne présideras pas à la création du monde, parce que tu commences le mot PESHA, le péché. Ce n'est pas possible qu'une lettre qui commence un tel mot préside à la Création.

Le mot PESHA actuellement veut dire « une marche, une progression ». Et lorsque ce pas se fait dans les conditions que nous venons de dire, la progression doit passer par la transgression. Le mythe de la chute est une transgression non juste qui a fait le drame de l'humanité en la remettant à zéro pour qu'elle reprenne le chemin. Lorsqu'elle est juste, c'est aussi le mot PESHA. L'Apôtre Paul l'emploie lorsqu'il parle de la Loi. Quand il n'y a plus de loi, il n'y a plus de transgression. C'est la situation dans laquelle nous sommes actuellement. Nous sommes dans un monde de lois morales, sociales, car nous vivons dans une jungle qu'il faut bien ménager ; mais cette loi est faite pour un monde infantile. Quand on prend conscience de cela, un jour vient où on est bien obligé de transgresser en sachant que c'est juste. Sans cela nous sommes dans le PESHA.

C'est l'histoire du Christ lorsqu'il transgresse le jour du Sabbath, quand, passant avec ses disciples le long d'un champ il voit un homme qui y travaille. C'est le jour du Shabbath. Les disciples sont scandalisés. Mais le Christ s'adresse à cet homme en lui disant : « Homme, si tu sais ce que tu fais, tu es béni par mon Père. Mais si tu ne sais pas ce que tu fais, tu es transgresseur de la Loi et tu es maudit de mon Père ! ». Ce texte est tellement immense qu'il a été supprimé des Evangiles ! On ne transgresse pas impunément, voilà en quoi le Phé est aussi une barrière.

PAH est un mot qui vaut 88, il veut dire « filet ou le piège ». Avec ces deux 8 nous sommes saisis dans le piège ou alors au contraire, nous passons, nous traversons. Mais nous ne pouvons passer que dans un dépassement des contradictions qui sont en nous. Et quand nous avons au milieu de ce mot le Tav qui veut dire « signe » et précisément « signe de la Croix » dans toutes les traditions, cela donne le mot PATOM qui signifie « ouvrir » et aussi « la porte », nous trouvons le symbole de l'incarnation qui est essentiellement la Croix, puisque nous sommes crucifiés entre le chemin vers le Divin, et toutes les énergies dont nous sommes faits à chaque niveau de réalité. L'homme est au centre de la croix. Et le mot PATOH, ainsi formé et qui signifie « ouvrir » et aussi la « porte », nous ramène au Daleth qui a pour valeur 4 et qui aussi veut dire la « porte ». Le 4 est toujours un arrêt, une porte qui est proposée et qu'il faut ouvrir.

Le mot PESSAH qui est la Pâque avec un Samek qui a pour valeur 60, c'est le soutien, c'est l'arbre, c'est la hampe du drapeau, le mât du



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

navire. Nous trouvons dans PESSAH un peu la même idée que dans PETAR qui est « le passage ». L'Egypte pour les Hébreux était un piège. Or il y a un moment où Moïse se dresse, la personne pensante qui est le pôle d'évolution que nous avons tous en nous à partir du moment où nous cherchons la libération. Nous avons tous un Moïse en nous et aussi un Pharaon qui s'oppose. Mais nous sortons de cette servitude, de ce piège et c'est la Pâque. La pâque chrétienne, c'est la même idée, mais à un autre niveau.

Nous passons au mot PÉLÉ, le miracle, la chose merveilleuse qui rend compte de notre vraie nature. Nous pourrions le traduire mot à mot par « la bouche de l'impossible », Lo étant la négation du mot divin reetourné. El. C'est l'ouverture au niveau du Divin, le dévoilement des mystères. Mais Lo est aussi la négation « pas ». Dans la profondeur le oui et le non sont la même réalité au niveau de ce nom divin qui est au-delà de toutes les contradictions, au-delà de l'être et du non-être. Ce sont les mêmes lettres, donc les mêmes énergies.

Lorsque Dieu se révèle à Moïse dans le Buisson Ardent en tant qu'Il Est, Il se limite, car nous ne pouvons l'appréhender que dans une limite. IL EST et IL N'EST PAS, si bien que ces deux mots El et Lo sont une même réalité. Alors PÉLÉ c'est l'ouverture du Divin, de l'impossible, ouverture du « non », « non ce n'est pas cela, c'est bien au-delà de cela ». Et ce miracle, cette chose merveilleuse, c'est tout simplement l'ouverture à notre vraie nature. Le Phé y préside.

PETEROM, c'est Pierre, l'Apôtre, celui qui ouvre la lignée. C'est celui qui a été choisi le tout premier avec son frère André. Il y a autour de ce mot un immense malentendu. Lorsque l'Apôtre Pierre répond à la question du Christ : « Et vous, qui dites-vous que je suis ? » - « Tu es le Christ, fils du Dieu vivant ». Le Christ lui dit : « Ce n'est pas par ton intelligence que tu as répondu cela, mais par une lumière de l'esprit en toi. Tu es pierre et sur cette pierre je bâtirai mon Eglise. » Les mots sont « Tu es EBEN, pierre ». Tu es Eben, tu es une pierre dure, parce que tu participes à la construction du Royaume et sur cette pierre (qui est encore un autre mot : SELA avec un Samek qui nous fait retrouver « le trône divin ») donc sur cette SELA, c'est-à-dire le fondement : « Tu es EBEN et sur cette SELA je bâtirai mon Eglise ». Ce n'est qu'en français, autour de l'an 1000 que ce jeu de mot a été fait et qui a eu pour résultat que l'Apôtre Pierre et ses successeurs ont été considérés comme la base de l'Eglise. Ce fut une des causes en 1054, de la séparation de l'Eglise d'Orient et de l'Eglise de Rome.

Les Apôtres sont à l'image de la Trinité, comme d'ailleurs aussi l'humanité, où l'un n'est pas plus grand que l'autre, mais égalité absolue entre tous.

La lettre TSADE que nous approchons maintenant est l'initiale d'un mot qui s'écrit : Tsadé-Daleth-Yod. Ce mot rend surtout compte d'une racine TSAD que nous allons retrouver dans beaucoup de mots et qui veut dire : « le côté ». Nous la trouvons dans TSOUD, TSADOH, TSODED qui signifient épier, pécher, dresser des embuscades, chasser. C'est la



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

notion de harponner, d'aller chercher une proie, d'aller piéger quelque chose. En général lorsque nous considérons ces significations nous y voyons de la malice, tandis que là nous sommes devant une réalité qui dépasse absolument notre plan de conscience, car il s'agit du harpon divin. Et je pense particulièrement à cette phrase que nous trouvons, je crois, chez Isaï, lorsque Dieu dit en parlant de l'humanité, sa future épouse qu'Il va l'emmener au désert, il va l'épier, la saisir, pour qu'Il mette en Lui son plaisir et qu'elle devienne Son épouse. C'est cela qui est la racine de cette idée fondamentale du TSADE. C'est vraiment le harponnage de nos derniers éléments dans la profondeur. Dieu va se harponner en nous. Ce n'est pas par hasard que le Christ a cherché ses premiers apôtres parmi les pécheurs, afin qu'ils aillent chercher dans l'homme le divin qui est en lui.

Le discours qui s'engage entre la lettre et le Saint-Béni-Soit-Il est très signifiant. La lettre vient se présenter en se réclamant de commencer le mot TSADOCH, c'est le mot qui veut dire : le Juste. Melchitsédech est le Roi de la Justice, c'est-à-dire de la « justesse », de l'harmonie entre les deux opposés. Job est Tsédech, Noé est Tsedech, tous ces êtres qui sont justes. Et Dieu renvoie la lettre en lui disant : « Il ne me convient pas de me servir de toi pour opérer la création du monde, attendu que tu dois être cachée pour ne pas donner prise à l'erreur. Car ta forme primitive est un Noun oblique, principe femelle, sur lequel vient s'ajouter un Yod, principe mâle. » Voilà la forme initiale du Tsadé et tel est le mystère de la création du premier homme : il fut créé à double face, deux figures tournées en sens inverse, dos contre dos. Et c'est pourquoi le Yod est présenté de dos et non de face. « Toi aussi, dit Dieu, tu seras un jour divisé en deux, mais tu vas autre part ».

Ce qui est à retenir, c'est que le Tsadé est fait de cette rencontre du Noun et du Yod, principe féminin et masculin. Ces deux lettres sont absolument inséparables et constituent ce fameux masculin et féminin d'Adam qui est Yod et Isha (qui n'est appelée Ava qu'après la chute) qui est son Noun, son poisson, sa profondeur et en même temps, le germe du Yod. C'est le mystère de l'ombre que représente le féminin par rapport à l'homme et de l'ombre qui est la Création toute entière par rapport à Dieu. Notre travail c'est d'amener le Noun au Yod pour réaliser la totalité de la Création.

Le Tsadé c'est cette lettre au niveau du 80 qui réalise une totalité accomplie, à l'exception de ce dernier germe divin que nous avons à amener au Yod. C'est cette ultime pêche. Rien d'étonnant alors que Tsadé préside à des mots, non seulement comme Tsad qui veut dire « un côté » (qui appelle l'autre côté), mais aussi à la racine TSEL qui veut dire l'« ombre », c'est-à-dire l'ombre à sa source qui est précisément le Noun par rapport au Yod. L'homme, c'est-à-dire homme et femme, est l'ombre de Dieu. Nous sommes comme l'ombre d'un Dieu qui est parfait, mais qui est encore — on peut presque dire — inachevé, tant que nous ne sommes pas retournés à Lui. Dieu se fait mâle, le mot souvenir c'est le mot mâle, pour descendre dans son ombre, principe féminin.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

*Un participant :* Quelles sont les voies qui permettent de retrouver son origine, afin d'accéder à Dieu ?

*A. de Souzenelle :* Chacun a sa voie, il n'y a pas une voie unique. Ces voies peuvent être tout à fait différentes, mais elles se retrouvent toutes à un moment. Et puis elles peuvent changer au cours de la vie. Il est important de trouver son guide intérieur, ce Lamed qui va devenir Tsadé.

*Mme Langevin :* La Bhagavad Gîta dit qu'il ne faut jamais emprunter la voie d'un autre, mais qu'il faut trouver la sienne propre.

*Le participant :* Je pensais particulièrement à l'inconscience...

*A. de Souzenelle :* La descente dans les profondeurs ! Il y a toutes les techniques de descente à l'intérieur de nous-mêmes avec tous les processus analytiques que l'on commence à vivre en occident.

*Mme Langevin :* Je pense qu'il est important de faire taire son mental qui s'oppose à tout parce qu'il est toujours une volonté personnelle, et de laisser venir l'intuition, recevoir l'information.

*F. Catala :* Autrement dit dans la méditation...

*A. de Souzenelle :* Si l'analyse devient mentale, elle est complètement faussée. Il faut casser tout ce cadre mental pour entrer dans l'information des profondeurs. C'est pour cela que le rêve est tellement important. Pour certains une de ces voies de départ sera le chant, le chant grégorien, par exemple. Il casse toute fausse structure et fait jaillir de nous des énergies fantastiques.

*Une participante :* C'est la voie des mantras.

*A. de Souzenelle :* A condition qu'elle ne soit pas mentale.

Je voulais encore vous montrer le NETS, c'est le mot qui veut dire « arbre », c'est important parce que notre être tout entier est vraiment structuré sur l'arbre.

Le mot ETSEB est le mot employé dans la Genèse quand Dieu dit : « Tu enfanteras dans la douleur ». Le mot douleur est aussi le mot « travail ». Mais attention ! Il ne s'agit pas tellement de mettre des enfants au monde, que de mettre au monde notre Yod. Le Tsadé est ce harpon qui va dans les profondeurs, qui traverse AV, le nuage dont on peut dire ici qu'il est le dernier, l'enfantement, la mise au monde. Et c'est en même temps la construction de l'arbre. C'est vraiment le travail de l'humanité qui construit son arbre.

Le mot ETSEM veut dire « l'os, le squelette », tout cet arbre du corps. C'est aussi le mot employé par les Hébreux lorsqu'ils veulent parler de la partie la plus intime d'eux-mêmes, quand ils veulent dire : au cœur de moi-même, ETSMI, c'est-à-dire dans mon os. C'est la moelle de l'os qui est quelque chose de mystérieux même au point de vue physique, puisqu'elle contient toutes les réserves des noyaux des cellules du sang. C'est ce qui est absolument indicible, parce que c'est le Soi.

*10 janvier 1980 :*

Plus nous avançons, plus les lettres sont chargées et plus nous pouvons appréhender cette langue extraordinaire.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

Nous approchons aujourd'hui une autre lettre fort importante, le QOF qui a pour valeur 100. Cela nous met évidemment en harmonie avec la lettre qui a pour valeur 1, c'est-à-dire le Aleph, le Yod qui a pour valeur 10 et même le Aleph final qui pour valeur 1000. Nous entrons à nouveau dans l'unité. Entrer dans l'unité avec le 100 est une chose difficile à appréhender parce que nous pénétrons dans des qualités intérieures qui nous échappent de plus en plus. Si nous n'abordons pas cette lettre avec des mains purifiées, nous pourrons être scandalisés au niveau de notre entendement immédiat.

QOF a plusieurs significations. D'une part il veut dire « le singe », le petit animal curieux et très étrange. Et d'autre part il veut dire ou plutôt c'est QOFITS qui veut dire « la hache », « le hachoir », mais aussi « le chas de l'aiguille ». L'hiéroglyphe de la lettre est une hache double, la fameuse hache de Cnossos. Puis la lettre se penchera de côté et elle donnera en français notre lettre Q. C'est pour cela que les mots qui commencent par un QOF en hébreux, ne devraient pas s'écrire avec un K ; comme par exemple Qabale dont l'orthographe devrait être celui-ci. Le K correspond au KAPH, le creux de la main.

Même si nous ne nous en rendons pas compte tout de suite, il y a pourtant une correspondance étroite entre les significations du QOF, recouvertes par une seule énergie. Quel est le symbolisme du singe dans les différentes traditions ? Le monde animal est un monde extrêmement signifiant. Or le singe, si nous faisons la synthèse du symbole qu'il représente, c'est la sagesse, mais une sagesse qui nous dépasse tellement, que ce sera sous les facéties du singe que nous allons être obligés de l'appréhender, sous cette espèce de singerie qui aide à faire passer un message. L'humour est un peu le symbole de cette vraie sagesse qui peut être scandaleuse pour nous, parce qu'elle est tellement folie à nos yeux. Comme a dit l'Apôtre Paul : « La sagesse de Dieu est folie pour les hommes. Et si tu crois être sage selon le monde, deviens fou. Alors tu entreras dans la sagesse divine ». L'homme totalement accompli, SAKOL, c'est aussi le mot qui veut dire « le fou ». Le Prophète, celui qui voit les cieux ouverts et non celui qui lit dans l'avenir, commence à être cette folie-là. Là il n'y a plus de temps, on est dans un non-temps aussi bien que dans le passé, le présent et l'avenir.

Dans tout l'Orient, ce petit singe représente la sagesse sous forme de trois petits singes dont l'un se bouche les yeux, l'autre la bouche et le troisième les oreilles. C'est le symbole de celui qui ferme ses sens à l'appréhension du monde extérieur pour entrer dans un monde intérieur. C'est cela la vraie sagesse. Il ne s'agit pas de nier le monde extérieur, il nous sert de tremplin, mais il faut que nous allions au-delà, dans un monde beaucoup plus subtil.

Chez les Hébreux, qui est le Sage par excellence ? C'est Salomon de réputation mondiale, à tel point que la mystérieuse Reine de Saba va venir non pas pour une visite de royaume à royaume, mais pour vérifier cette sagesse. Et quand elle l'a vérifiée, elle s'incline devant Salomon et elle dit : « Véritablement, celui-là est le plus sage de tous les sages ». Et



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

à partir de ce moment-là, tous les ans elle lui fait envoyer des cadeaux qui consistent en de l'or, de l'encens, de l'ivoire, des singes et des paons. Ce sont les cinq attributs de la sagesse. L'ivoire, c'est la dent de l'éléphant, et l'éléphant est aussi symbole de sagesse. En Inde, Ganesha est ce dieu-éléphant qui monte un rat. D'après notre sagesse ce serait plutôt le rat qui monterait l'éléphant ! Mais là tout est inversé. Le rat est symbole de l'intelligence subtile qui s'immisce partout, qui va prendre connaissance de tout. Or *sagesse* et *intelligence* sont inséparables. Ce sont les deux Séphiroth qui sont à la base du triangle supérieur de l'Arbre des Séphiroth. Toute intelligence nous conduit à une sagesse et une intelligence divine nous fait entrer dans une sagesse divine. Et Ganesha est celui qui pénètre, grâce au rat qui l'accompagne, les éléments les plus subtils du monde et qui incarne cette sagesse qui dépasse tout.

Il est intéressant de faire se rejoindre les paons et les Chérubins qui, dans la symbolique chrétienne, sont représentés par de grandes roues avec des yeux tout autour. Le paon est exactement comme cela. Les Chérubins sont des Archanges qui gardent le Jardin d'Eden, la dernière porte. Et tout se retrouve dans le symbole du chas de l'aiguille qui est aussi la dernière porte.

C'est grâce à notre énergie intérieure que nous allons passer par les portes successives du QOF qui est le chas de l'aiguille, la dernière porte.

Cette lettre aussi est allée trouver le Saint-Béni-Soit-Il pour prétendre commencer la création du Monde, en se basant sur le mot QADOSH qui veut dire « le Saint » et elle a été renvoyée, parce que, dit le Saint-Béni-Soit-Il, « tu fais partie du mot SHEQER qui veut dire « mensonge ». Le QOF est entouré par le SHIN et le REICH qui, réunis, forment le nom de SARAH, SAR étant le prince ou la princesse. Qu'est-ce que cela veut dire par rapport au mensonge ? C'est là que nous pénétrons dans le scandale, car nous ne pouvons appréhender le mensonge que si nous comprenons que la vérité est absolument inappréhendable. Ce n'est qu'à travers des morts et des résurrections successives que nous pouvons aller vers la vérité. Ce qui est vérité pour nous aujourd'hui sera mensonge lorsque nous aurons franchi un nouveau pas vers une autre vérité. La vérité est au-delà de la vérité et du mensonge et pour le comprendre il ne faut pas que nous restions enfermés dans notre petit plan de conscience actuel.

C'est dans cette perspective que nous abordons aussi le problème de la ruse. Le Christ Lui-même va louer l'économe infidèle et dire : « Ah ! si les enfants de lumière étaient aussi rusés que les enfants des ténèbres ! » Cette ruse nous pouvons un peu la comprendre grâce au Tsadé, l'hameçon. Quelle ruse qu'un hameçon pour aller chercher un poisson ! Pour nous c'est la même chose : il y a une ruse dans l'hameçon qui nous est tendu pour que nous avancions plus loin. Et la toute première ruse est celle du serpent en Eden. Le mot AROM employé dans la Bible signifie à la fois « la ruse », « la connaissance » et aussi « la nudité ». La nudité, c'est la connaissance totale, c'est le parfait miroir de la connaissance divine. Et le serpent, « le plus rusé de tous les animaux », sait parfaite-



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

ment le chemin que l'homme et la femme ont à accomplir et il va se faire barrière sur ce chemin. C'est là toute l'histoire de la chute.

A. de Souzenelle nous cite quelques exemples de ruses « fécondes » : Jacob et le droit d'aînesse, Tamar qui met au monde l'enfant engendré par son beau-père ou plutôt les jumeaux dont l'un, Peretz, sera l'ancêtre du Christ.

Quand on dit que « Dieu sonde les reins et les cœurs », le QOF est encore présent dans le mot HAQOR qui signifie « sonder ». Cette sagesse c'est la sonde divine, c'est elle qui nous alimente qui nous nourrit. Dans HAQOR, les deux lettres qui entourent le QOF forment le mot HOR qui veut dire « caverne ». La sonde, c'est la descente dans la caverne.

On retrouve le QOF dans le mot MAQOM, le « lien » et qui est aussi un des noms de Dieu. Quand après la séparation des eaux du bas et ensuite de ceux d'en-haut, Dieu dit : « Que les eaux se rassemblent dans un lieu UN : EL HAQOM ERAD, quel est ce lieu dans le complexe espèce-temps ? C'est le symbole extérieur du lieu intérieur, de notre espace intérieur, de notre champ de conscience, de ce dernier lieu que nous avons à atteindre, le MI divin où il n'y a plus ni temps, ni espace.

Dans RAQIA dont il est question le deuxième jour, lorsque Dieu sépare les eaux d'en-haut et qui signifie « étendue » le QOF au milieu est entourée par le Reich et le Ayin qui, en formant le mot Ra que nous traduisons à tort par « le mal », signifie ce qui est encore dans la ténèbre. Toute création a pour but de faire émerger la ténèbre dans la lumière et c'est cette étendue qu'on appelle CHAMAïM où le mot MAïM, les eaux, est reconstitué.

Le vrai nom de Jacob est YAAQOV. Ce mot est formé sur le mot AQOB, le talon. Or le talon est un endroit extrêmement important dans le corps, il est symboliquement celui qui contient toutes les énergies. Et c'est pour cela que Jacob à sa naissance et à celle de son frère Esaü, tient dans sa main le talon de ce dernier, c'est-à-dire qu'il va prendre en main toutes les énergies qui sont en réserve dans le talon de son frère. Et pour cela il va passer par la ruse. Dans le mot AQOB, QOF perce le AV, le nuage, c'est-à-dire les voiles qui nous séparent de la lumière, qui nous séparent du Père, lorsqu'on l'écrit non avec un Ayin, mais un Aleph.

Un autre mot à connaître est QABALE qui vient du mot QABEL, « recevoir ». QAB veut dire un contenant que nous retrouvons, venu de l'arabe directement de l'hébreu, dans notre mot « Cabas ». C'est le ventre, c'est la matrice et QABEL qui s'écrit avec un Lamed, signifie que tout est mouvement, c'est recevoir. Alors la QABALA des Hébreux, c'est le contenant de la Tradition, qui s'est identifié à la tradition.

En supprimant la lettre du milieu, nous obtenons QOL, la voix divine qui va parler et qu'il ne faut pas confondre avec Kal qui est le tout, la totalité.

Nous parlerons du mot QEDER, l'Orient et aussi l'éternité, quand nous étudierons le Mem final. Dans Qedam nous avons QOM, le verbe venir dans un sens très fort, qui veut dire se dresser et qui est employé pour exprimer la résurrection.



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

La prochaine fois aussi je vous parleerai lorsque nous étudierons le REICH, d'un mot qui est fait avec le QOF : NIQBA, mot très important qui veut dire « femelle ».

Ce soir nous avons touché une lettre de grande importance, une de celles qui commencent à nous dépasser. Nous sommes encore dans une toute petite intelligence des choses. L'intelligence divine dpasse tout, de même que la sagesse à laquelle nous sommes invités à participer. Nous recevons la vérité qu'en tant que nous pouvons la supporter et à chaque fois que nous la supportons, nous allons plus loin, vers d'autres vérités non encore atteintes.

*Groupe de Patrick LEBAIL.*

*Suite du résumé sur les HYMNES VEDIQUES, d'après l'ouvrage du Professeur Chandra Bose : The Gall of the Vedas.*

Traduit de « The Mountain Path », avec l'aimable autorisation du Ramanasraman à Tiruvannamalai.

*AJA et JATA : le Divin Non Manifesté et le Divin Manifesté*

Les Sages védiques approchent le divin par deux voies. L'une conduit à l'Absolu (aksharam), le non-manifesté (*aja*, littéralement « non né ») et l'unique (*ekam*, dans la littérature védique tardive et dans la post-védique : *advaïtam*, « non duel »). L'autre conduit à l'Absolu, au manifesté (litt. : *jata*, « né ») dans la splendeur de la création comme Déva, Etre de Lumière.

L'Absolu non manifesté est sans forme, être pur, sans attributs, sans noms, sans sexe. Il est généralement désigné par des mots mystérieux au neutre singulier, comme le pronom Cela (*tat*), le nombre Un (*ekam*) et le mot symbolique *brahma* qui signifie l'Absolu. Le terme indéclinable OM, appelé aussi *pranava* (« le symbole de *castra* », c'est-à-dire de Veda, comme explique le Yajurveda (19.25) signifie la Réalité ultime. Parfois *sat* (Réalité) se trouve ajouté à *tat* et *ekam*. Par exemple :

« Cela (*tat*) était Suprême dans l'Univers » (RV.X.120) ;

« Qui est l'Un (*ekam*) dans la forme du Non Né (aja) dont sont soutenues les six sphères du monde ? » (R.V.I.164).

« Vena (le Sage) vit cette Réalité (*tat* sat) où tout est venu prendre demeure » (YV.32.8).

«Om, l'éternel Brahma » (YV.40.17).

L'adjectif *aksharam* (éternel, absolu) au neutre singulier est spécialement associé au Veda (« ce que les connaisseurs-du-veda dénomment *aksharam*, Bhagavad-Gîta 8.11).

L'Absolu Manifesté, *deva*, se présente avec des noms, des formes et des attributs qui diffèrent selon les diverses visions qu'ont les Rishis de la Divinité dans sa gloire. Ici le genre neutre de l'Absolu non manifesté



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

est remplacé par le masculin ou le féminin ; au nombre singulier s'ajoutent le duel et le pluriel pour donner formes aux nombreuses visions des Poètes-Sages. Le Veda a célébré cette manifestation de l'Eternel dans la création :

« A la première aurore des matins le grand (*mahat*) Eternel (*aksharam*) se manifeste (litt. « naquit ») sur la voie de la lumière.

Maintenant seront honorées les Normes des Devas ! Grand est l'unique déité des Devas » (RV.III.55).

L'éloquence des Sages devint poétique lorsqu'ils traitèrent des multiples visions du Divin qui se manifeste par les Devas. Leur langage s'enrichit d'expressions en provenance du monde sensible. Ainsi au lieu des mystérieux Cela (*tat*), Un (*ekam*), etc., il y eut des mots qui par la description et la comparaison évoquent la forme, la couleur et la chaleur de la vie. Le Deva s'avère proche du foyer et de la demeure des humains.

La différence entre le Divin non manifesté et le Divin manifesté est évidente si l'on considère l'idée de création sous l'un et l'autre des points de vue qui leur correspondent. Voici comment est relaté la Création conformément au Non-Manifesté :

« Cet Un (*ekam*), que recouvrait la vacuité se manifesta (litt. « naquit ») par la puissance du tapas (le feu spirituel) » (RV.X.129).

Voici maintenant la création reliée aux Devas :

« En ton amour (Indra), tu fis luire l'aurore,

En ton amour tu fis resplendir le soleil » (RV.II.35).

Faisant usage d'une terminologie plus récente, nous pouvons dire qu'il existe une tradition du Non-Manifesté au Manifesté : du Raja-Yoga (ou : Rajaguhyayoga, la Voie du Mysticisme, accompagnée par Jnanayoga, la Voie de la Connaissance) au Vibhutiyoga, la Voie de la Splendeur (accompagnée du Bhaktiyoga, la Voie de l'Amour et du Karmayoga, la Voie de l'Action).

Le Sage védique découvre que le Deva est glorieux non seulement en tant que Monarque (*raja*) mais aussi que Poète (*kavi*), qu'Architecte (*viswakarman*), que Médecin (*bhishaj*), que Héros (*sura*), que Sage (*vipra*), et ainsi de suite. De même la Déité n'est pas seulement Père : elle est Mère, Père-et-Mère-en-un, Vierge pour laquelle les adorateurs sont « comme les fils d'une mère ». Le Deva est aussi Frère, Fils, Amis et Hôte (le visiteur honoré d'une maison). Il est comme l'amoureux pour la bien-aimée, comme le marié envers la mariée, comme l'époux envers l'épouse.

Le Veda insiste de plusieurs façons sur l'identité des Devas avec l'Absolu non manifesté. Il y parvient par des affirmations directes ; par exemple celle de « l'unique Déité des Devas » ou la suivante :

« De l'Unique Réalité (*ekam sat*) les sages parlent de multiples manières » (RV.I.164, AV).



CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

Ils parlent quelquefois d'un Deva (ou d'une Dévî) comme s'il (ou elle) était l'Absolu.

Ainsi :

« Suparna, qui est l'Un : les Sages poètes le chantent de bien des façons en leurs paroles ». (RV.X.11).

« Aditi est... tous les Devas, Aditi les cinq peuples... » (RV.I.89, AV).

« Savitri... est Un, l'Un et le Seul. On ne l'appelle ni Second, ni Troisième, ni Quatrième... En lui tous les Devas deviennent l'unique Un ». (AV.XIII.').

Parfois un Deva s'identifie à un autre Deva ou bien à tous les autres. Par exemple, Agni s'identifie à Indra, Vishnu, Varuna à Mitra, Aditi, Sarasvati et d'autres (RV,II.1). Varuna est identifié à Indra (RV.IV.42). Parfois on parle de 33 Dévas, mais le Veda n'assigne aucune limite à leur nombre :

« O Seigneur de toute abondance, telle est ta grandeur que des formes corporelles sans fin sont tiennes. Des millions sont dans ton million ; tu es un milliard en toi-même » (AV.XIII.4).

Toutes ces idées conduisent à une conclusion de vastes conséquences : l'on peut adorer n'importe lequel des Devas ou Devis en tant qu'Etre Suprême, Créateur et Régent du monde, Seigneur tout-puissant, Père et Mère, sans pour cela rejeter un autre Deva qu'adore quelqu'un d'autre dans le même esprit. Nous trouvons dans le Veda qu'un Deva quel qu'il soit, est considéré comme étant LE Déva. Par exemple, Indra est « l'Un qui se manifeste comme Seigneur des races » ; Agni est « l'Empereur », Varuna, « l'Empereur sublime » ; Pushan, « le Régent Suprême », etc. De même n'importe lequel des Devas peut être décrit au superlatif comme « le plus puissant », « le plus aimé », « le plus bénéfique », etc. (RV). Comme l'unicité de leur Déité est acceptée, il n'y a pas de conflit.

Le Veda déclare aussi : « Tous vos noms, ô Devas, sont vénérables (*namasya*), louables (*vandya*), adorables (*yajniya*) ». (RV.X.63).

(à suivre)

*NOTE :*

Cherchant à faire participer le plus possible nos lecteurs qui ne peuvent y prendre part aux Groupes d'Etudes et de Formation, l'ampleur de nos comptes rendus ne nous a pas permis de publier dans ce numéro de notre revue la conférence si transcendante de MA SURYANANDA LAKSHMI.

Imprimerie Lienhart et Compagnie - 07200 Aubenas
Dépôt légal : 1er trimestre 1980
CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

Le troisième plan est celui de l'*Esprit*. Nous ne pouvons y accéder que par l'harmonisation de notre vie avec des Lois Universelles. La voie à suivre est celle de notre propre perfectionnement et celle de l'éthique prescrite par toutes les religions : Jésus nous a dit : « Soyez parfaits comme mon Père qui est aux Cieux » ; le Dieu d'Israël proclame : « Soyez saints comme je suis Saint ». L'Islam réclame la soumission totale à la volonté de Dieu. Le Mazdéisme appelle l'homme pieux à une lutte constante, en lui et autour de lui, pour la Lumière contre l'ombre, pour la Vérité contre le mensonge, pour l'Unité contre la division. L'Hindouisme convie les hommes à l'Union avec Dieu par le Yoga, et le Bouddhisme les invite à réaliser la félicité du Bouddha en atteignant le Nirvana. Ces états, qui semblent inaccessibles, peuvent être approchés et c'est dans ce but que Panharmonie préconise des méditations ; méditations qui, dans la mesure de sa ferveur, apportent à l'âme la rosée céleste de la grâce dispensée à toutes les bonnes volontés, et qui la baignent dans les rayons de la Lumière irradiée par les plans supérieurs.

Comme il doit y avoir autant d'harmonisations entre nos actes et les cadres au sein desquels nous les exécutons, qu'il y a de paliers successifs dans la hiérarchie cosmique ; nous donnons le nom de « Panharmonie » à l'état mouvant vers lequel l'homme doit tendre dans l'adaptation toujours plus élevée aux aspects du devenir avec lequel l'âme est appelée à s'unir par ses efforts dans la sincérité, l'amour et la soumission à l'adaptation aux normes du Vrai, du Beau et du Bien sur tous les plans de l'Univers qui sont, pour chaque homme :

1° l'harmonie intérieure dans le corps, l'âme et l'esprit ;

2° l'harmonie avec les membres de sa famille ;

3° l'harmonie avec les concitoyens dans la cité ;

4° l'harmonie avec la collectivité humaine ;

5° l'harmonie avec la communauté humaine toute entière ;

6° l'harmonie avec les lois de notre planète et ses bio- et Noosphères :

7° l'harmonie avec le centre de notre système solaire, Apollon, Hélios chez les Grecs, Souria chez les Hindous, Mazda chez les Parsis, etc.,

8° l'harmonie avec l'ensemble de notre Galaxie (peut être les Elohim d'Israël) ;

9° l'harmonie avec l'ensemble de notre Metagalaxie.

Respectant toutes les traditions sans en prôner une au détriment des autres et n'imposant aucun dogme, aucune règle ni profession de foi, appelés à devenir périmés dans un monde en évolution, Panharmonie est ouverte à tous les hommes de bonne volonté qui cherchent à se perfectionner en harmonie avec la Vie sur tous les plans.

C'est pourquoi dans ses manifestations, elle tâche de présenter à ses adhérents l'éventail le plus large de possibilités s'ouvrant à eux afin qu'ils trouvent la Voie qui leur sera propre. Car, quels que soient les Chemins empruntés, ils tendent tous vers un même sommet, vers une même communion avec l'Essence sacrée de l'Univers.

Ainsi ils se préparent par leur consécration, à devenir des canaux efficaces pour la transmission au monde, de la Paix et de la Lumière d'En Haut.

Adhésion donnant droit au service du bulletin intérieur : 60 F
Etranger : 70 F
Etudiants et économiquement faibles : à partir de 30 F

Association sans but lucratif tombant sous le coup de la loi du 1er juillet 1901 — C.C.P. 705-87 Paris — Siège social, Secrétariat et Administration : 16 rue du Dobropol, Paris (17e) - Tél 754.71.87.
Responsable de la publication : Madame LANGEVIN.

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi

Digitization by eGangotri and Sarayu Trust. Funding by MoE-IKS

# ŒUVRES RÉCENTES DE JACQUES DE MARQUETTE

Docteur des Universités de Paris et de Pennsylvanie, « Lowell Lecturer » (Boston), « Arnold Hill Lecturer » (London), Délégué de l'ADYATMA PARISHAD (Université d'Allahabad).

LA SANTE ET LE PROGRES PAR L'ALIMENTATION NATURELLE. Précis théorique et pratique d'alimentation rationnelle. Clef de la santé à la portée de tous, avec les meilleures recettes de cuisine végétarienne. Fruit de 50 ans de pratique. 4,50 F.

DES HOUNZAS AUX YOGUIS. Bases du régime prévenant radicalement cancer, tuberculose, rhumatismes et folie, et méthodes des Yoguis élevant la conscience aux plans supérieurs de l'Esprit. Réimpression 2e édition, 12,00 F.

INTRODUCTION A LA MYSTIQUE COMPAREE. Cours des Lowell Lectures U.S.A. Traduit par l'auteur. Techniques de la communion et de la libération spirituelles dans l'Hindouisme, le Bouddhisme, l'Hellénisme, le Judaïsme, le Christianisme et l'Islam, et leur critique du point de vue de la psychologie moderne. Au siècle des outrances, de la publicité, il est parfois difficile de discerner les enseignements authentiques des élucubrations des faux prophètes. La valeur de ce guide est affirmée par les plus hautes compétences. 15,00 F.

« *Ce livre sera particulièrement précieux aux étudiants sérieux des vérités essentielles* » INDIAN LIBRARIAN (Revue indienne de philosophie). « *Exposé clair et élégant des divers Yogas* » ARYAN PATH (Bombay). « *Un des meilleurs livres sur le sujet* » Dr Ad. Ferrière, président Association internationale Education nouvelle. « *Livre à rendre inutile tout autre ouvrage sur le mysticisme* » W.S. Freeman, Chicago. « *Livre faisant autorité* » professeur W.H. Sheldon, Université de Yale. « *Il serait difficile de surestimer l'importance de cet ouvrage... véritable guide aux régions supérieures de l'Esprit* » Gerald Heard, Université de Saint-Louis.

DE L'AME A L'ESPRIT. Critique philosophique des conceptions opposées des Bouddhistes, du Brahmanisme et des enseignements Judéo-Chrétiens sur la vie après la mort, et les diverses descriptions de la réincarnation dans le Yoga supérieur. 15,00 F.

LA SPIRITUALITE DANS L'ŒUVRE DE GANDHI, par le Professeur Ranade. Traduction française de l'œuvre d'un grand penseur Indien qui a été le conseiller spirituel de Gandhi. 9,00 F.

PANHARMONIE. Dans un rationalisme libéral, synthèse des aspects valides des grandes religions et philosophies d'Occident et d'Orient pour fournir à l'homme moderne une morale menant à l'union spirituelle. Fruit de cinquante années de voyages et d'expériences spirituelles. *Introduction aux « Confessions d'un Mystique Contemporain »*. 15,00 F.

LUEURS PSYCHOPHYSIQUES SUR LES RELIGIONS ET L'ESPRIT. Essai de synthèse des valeurs spirituelles d'Occident et d'Orient, et leur comparaison avec l'état actuel des sciences. 12,00 F.

CONFESSIONS D'UN MYSTIQUE CONTEMPORAIN. Gros ouvrage in-8° de plus de 400 pages, illustré de photos de l'auteur aux époques où il éprouva les expériences spirituelles dont il donne des analyses détaillées qui en font un guide utile à l'interprétation des ouvrages des Grands Mystiques et des problèmes qu'ils soulèvent pour les êtres à la recherche de leur vérité intérieure. 36,00 F.

LE CREATIVISME : ESSAI SUR L'IMMORTALISATION DE L'AME. Edition courante : 60,00 F.

MATRI VANI. Une sélection des paroles de Sri Anandamaye Ma. *3 F*, franco 9,00 F.

LA PRATIQUE DU NATURISME. 9,00 F.

L'ESSENCE DE L'INDOUISME. 9,00 F.

MANIFESTE DU MOUVEMENT NEO-ZOROASTRIEN DE LIBERATION SPIRITUELLE. 3,00 F.

LES DOUZE RAISONS DU VEGETARISME. 3,00 F.

Ces ouvrages ne seront plus expédiés franco, mais le port en sus selon les tarifs en vigueur, contre un chèque bancaire ou par virement C.C.P. 705-87 Paris, à PANHARMONIE, 16, rue du Dobropol, 75-Paris (XVIIe).

CC0. In Public Domain. Sri Sri Anandamayee Ashram Collection, Varanasi